

**TINGKAT KECEMASAN DAN PERCAYA DIRI SISWA KELAS KHUSUS
OLAHRAGA CABOR SEPAKBOLA DI SMA NEGERI 1 SEYEGAN**

Skripsi

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
Untuk Memenuhi sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
MOCH BISMO RAMADHANSYAH PUTRA
15601241042

**PROGAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2019**

TINGKAT KECEMASAN DAN PERCAYA DIRI SISWA KELAS KHUSUS OLAHRAGA CABOR SEPAKBOLA DI SMA NEGERI 1 SEYEGAN

Oleh
Moch Bismo Ramadhansyah Putra
15601241042

ABSTRAK

Adanya perbedaan dan persaingan dengan kelas reguler maupun dengan sesama siswa KKO cabor lain menyebabkan timbulnya rasa kurang percaya diri, dan tuntutan prestasi dari sekolah yang tinggi membuat siswa KKO cabor sepakbola merasa cemas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan dan percaya diri pada siswa kelas khusus olahraga cabor sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan.

Penelitian ini merupakan kuantitatif dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey dan teknik pengumpulan data menggunakan instrumen berupa angket. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas khusus olahraga di SMA Negeri 1 Seyegan tahun. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas khusus cabor sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan berjumlah 24 siswa. Analisis data dengan analisis deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian tingkat kecemasan siswa kelas khusus cabor sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan tahun menunjukkan 8,33% kategori sangat tinggi, 8,33% tinggi, 58,33% sedang, 16,67% rendah, 8,33% sangat rendah. nilai rata-rata, yaitu 46,4, dalam kategori sedang. Sedangkan untuk kepercayaan diri 20,83% kategori sangat tinggi, 16,67% tinggi, 33,33% sedang, 12,50% rendah, 16,67% sangat rendah. Dengan nilai rata-rata, yaitu 127,89 dalam kategori sedang.

Kata Kunci: Kecemasan, Percaya Diri, Siswa KKO Sepakbola

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Moch Bismo Ramadhansyah Putra

NIM : 15601241042

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Tingkat Kecemasan dan Percaya Diri Siswa Kelas Khusus
Olahraga Cabor Sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 16 Juli 2019
Yang Menyatakan,



Moch Bismo Ramadhansyah Putra
NIM. 15601241042

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KECEMASAN DAN PERCAYA DIRI SISWA KELAS KHUSUS OLAHRAGA CABANG SEPAKBOLA DI SMA NEGERI 1 SEYEGAN

Disusun oleh:

Moch Bismo Ramadhansyah Putra
NIM 15601241042

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi yang bersangkutan.

Yogyakarta, 12 Juni 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Dr. Guntur, M.Pd
NIP. 19810926 200604 1 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing



Dr. Komarudin, M.A.
NIP. 19740928 200312 1 002

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**TINGKAT KECEMASAN DAN PERCAYA DIRI SISWA KELAS KHUSUS
OLAHRAGA CABOR SEPAKBOLA SMA NEGERI 1 SEYEGAN**

Disusun oleh:

Moch Bismo Ramadhansyah Putra
NIM 15601241042

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 12 Juli 2019

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Komarudin, S.Pd., M.A.
Ketua Penguji/Pembimbing

Ermawan Susanto, M.Pd.
Sekretaris

Drs. Joko Purwanto, M.Pd.
Penguji I (Utama)

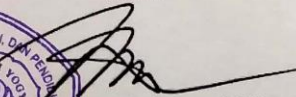



23/7-2019
18/7 2019
9/7 2019

Yogyakarta, Juli 2019

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan




Prof. Ermawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19645707 198812 1 0018

MOTTO

Hadapi , Jalani, Syukuri, Perbaiki.

-Penulis-

PERSEMBAHAN

Tugas Akhir Skripsi ini saya persembahkan kepada:

- ❖ Kepada kedua Orang Tua saya Ayah Jumartono dan Ibu Nurhayani Simatupang yang telah melahirkan dan merawat saya hingga saat ini, dan selalu sabar menghadapi saya. Selalu memberikan semangat doa dan segala yang saya butuhkan hingga saya dapat sampai hingga saat ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan berkat, rahmat, dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapat gelar Sarjana dalam bidang Pendidikan dengan judul “Tingkat Kecemasan dan Percaya Diri Siswa Kelas Khusus Olahraga Cabor Sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan “. Tugas akhir skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak, yaitu

1. Bapak Dr. Komarudin, M.A., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan semangat dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Herka Maya Jatmika, S.Pd.Jas., M.Pd. ,selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan nasehat ddan saran sehingga dapat lancer dalam perkuliahan.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd selaku Ketua Program Studi PJKR yang telah memberikan izin penelitian skripsi.
4. Bapak Prof. Wawan S. Suherman, M.Ed selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian skripsi serta memberikan semangat, dorongan dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi.

5. Siswa KKO SMA Negeri 1 Seyegan yang sudah membantu meluangkan waktu untuk mengisi angket dalam penelitian ini.
6. Kedua orang tua saya, ayah Jumartono dan Ibu Nurhayani Simatupang yang selalu mendoakan dan memberi semangat untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
7. Adik-adik saya Ade Lintang Kurnia yang selalu menjadi semangat dalam lelah untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Teman-teman PJKR B 2015 yang memberi dukungan dan mau hidup bersama selama masa perkuliahan sampai dengan saat ini.
9. Teman-teman yang selalu membantu menghilangkan penat ketika jenuh dalam penulisan tugas akhir ini.
10. Kost Panberto Sihombing dkk sebagai kakak-kakak tingkat yang tiada henti memberikan semangatnya kepada saya untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
11. Temen-temen Kontrakan Danu tempat singgah disaat jenuh, lelah, bosan, suka, duka dan ngeGame .
12. Teman UKM Pencak Silat UNY yang menjadi salah satu semangat saya selama berada di UNY.
13. Teman UKM Sepakbola UNY yang menjadi salah satu semangat saya selama berada di UNY.
14. Sahabat-sahabat yang setia mendampingi dan memberikan dukungan dalam penyelesaian Tugas Akhir Skripsi ini.

15. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan Tugas Akhir

Skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak diatas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkan.

Yogyakarta, Juli 2019
Yang Menyatakan,

Moch Bismo Ramadhansyah Putra
NIM. 15601241042

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORI.....	9
A. Kecemasan	9
1. Definisi Kecemasan	9
2. Gejala Kecemasan	10
3. Jenis-jenis kecemasan	12
4. Faktor-faktor yang Menyebabkan Kecemasan.....	15
5. Klasifikasi Tingkat Kecemasan.....	21
B. Percaya Diri.....	22
1. Pengertian Rasa Percaya Diri.....	22
2. Aspek-aspek Rasa Percaya Diri	25
3. Manfaat Kepercayaan Diri	28
C. Siswa SMA	30
1. Pengertian Siswa SMA Sebagai Remaja Pertengahan.....	30
2. Karakteristik Perkembangan Siswa SMA Sebagai Remaja Pertengahan	32

D.	Kelas Khusus Olahraga (KKO).....	37
1.	Pengertian Kelas Khusus Olahraga (KKO).....	37
2.	Tujuan Kelas Khusus Olahraga (KKO)	40
E.	Hakikat Sepakbola	43
1.	Permainan Sepakbola	43
F.	Penelitian yang Relevan.....	44
G.	Kerangka Berfikir.....	46
BAB III METODE PENELITIAN.....		48
A.	Jenis Penelitian.....	48
B.	Tempat dan Waktu Penelitian	48
C.	Definisi Operasional Variabel.....	48
D.	Populasi dan Sampel Penelitian	49
E.	Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	49
1.	Instrumen Penelitian.....	49
2.	Teknik Pengumpulan Data.....	52
F.	Teknik Analisis Data.....	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		54
A.	Deskripsi Subjek dan Data Penelitian	54
1.	Deskripsi Data Tingkat Kecemasan	54
2.	Deskripsi Data Tingkat Percaya Diri	61
B.	Pembahasan.....	69
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		75
A.	Kesimpulan	75
B.	Implikasi.....	75
C.	Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA		77
LAMPIRAN.....		79

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket.....	50
Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen.....	51
Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Keyakinan Diri	51
Tabel 4. Norma Penelitian.....	53
Tabel 5. Deskripsi statistik Tingkat Kecemasan Siswa Cabor Sepakbola Kelas Khusus Olahraga	55
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Siswa KKO cabor Sepakbola.....	55
Tabel 7. Deskriptif Statistik Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Motorik..	56
Tabel 8. Norma Penilaian Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Motorik	56
Tabel 9. Deskriptif Statistik Kecemasan Berdasarkan Faktor Afektif	57
Tabel 10. Norma Penilaian Kecemasan Berdasarkan Faktor Afektif	58
Tabel 11. Deskriptif Statistik Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Somatik.	59
Tabel 12. Norma Penilaian Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Somatik	59
Tabel 13. Deskriptif Statistik Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Kognitif	60
Tabel 14. Norma Penilaian Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Kognitif....	60
Tabel 15. Deskripsi statistic Tingkat Percaya diri atlet sepakbola kelas khusus olahraga	61
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Percaya Diri Siswa KKO cabor Sepakbola.....	62
Tabel 17. Deskriptif Statistik Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Keyakinan pada Kemampuan Diri	63
Tabel 18. Norma Penilaian Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Keyakinan pada Kemampuan Diri	63
Tabel 19. Deskriptif Statistik Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Optimisme	64
Tabel 20. Norma Penilaian Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Optimisme ...	64
Tabel 21. Deskriptif Statistik Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Objektif.....	65

Tabel 22. Norma Penilaian Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor	
Objektif	66
Tabel 23. Deskriptif Statistik Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor	
Konsekuen	67
Tabel 24. Norma Penilaian Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor	
Konsekuen	67
Tabel 25. Deskriptif Statistik Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor	
Rasional dan Realistis.....	68
Tabel 26. Norma Penilaian Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor	
Rasional dan Realistis.....	68

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Data siswa.....	88
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari Fakultas.....	89
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Pemereintah.....	90
Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah.....	91
Lampiran 5. Angket.....	92
Lampiran 6. Deskriptif statistic kecemasan.....	99
Lampiran 7. Deskriptif statistik Kepercayaan diri.....	101
Lampiran 8. Hasil Penelitian.....	106
Lampiran 8. Dokumentasi.....	108

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam dunia pendidikan, setiap orang yang melewati fase ini memiliki tingkat kecerdasan yang baik. Apalagi dalam Tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) siswa sudah memulai memikirkan banyak sekali pertimbangan akan kemana setelah selesai dari SMA. Keberhasilan dibidang pendidikan sangat ditentukan dalam proses pembelajaran melalui komunikasi yang terjalin antara manusia yaitu orang yang belajar disebut peserta didik dan orang yang mengajar disebut guru. Sekolah perlu merancang program agar dapat tercapai keinginan tersebut. Program kegiatan dengan peserta didik merupakan objek utama dalam upaya pencapaian tujuan pendidikan pada ranah kognitif, afektif dan psikomotor. Program tersebut juga sebagai wadah untuk menampung serta mengembangkan bakat dan minat peserta didik.

Bagi seorang siswa yang memiliki nilai akademik yang baik mungkin melanjutkan kejenjang berikutnya mungkin terasa mudah apalagi didukung dengan nilai yang baik akan memudahkan dalam meneruskan sekolahnya, tetapi akan sedikit berbeda dengan adanya kelas khusus olahraga. Dimana kelas khusus olahraga atau KKO ini adalah kelas yang terdiri dari macam-macam cabang olahraga dimana kemampuan akademiknya sedikit berbeda dari kelas regular. Apabila kelas regular disaring dari nilai kumulatif dari UN (ujian nasional) berbeda dengan kelas KKO dimana siswa agar bias masuk harus melewati seleksi dan

ditambahkan nilai UN , maka dapat dibayangkan bagaimana sangat berbedanya jarak antara kelas regular dan KKO tersebut.

Kelas khusus olahraga adalah kelas yang berisi dari kumpulan siswa yang memiliki bakat dalam cabang olahraga tertentu. KKO selain mengikuti materi secara normal siswa juga harus meningkatkan skill individu yang dikuasai setiap siswa. Apalagi adanya event-event yang mewakili sekolah ataupun diluar sekolah yang harus diikuti siswa KKO memang dituntut harus bisa membagi semuanya secara merata walaupun memang tidak bisa semua dibagi dengan rata. Adapun event siswa KKO dalam tingkat SMA seperti POPDA, POPWIL, POPNAS, PORDA dan event antar sekolah, maka dari itu siswa KKO harus mempersiapkan dirinya untuk mengikuti semua event yang akan datang.

Melihat dari tujuan Kelas Khusus Olahraga (KKO) maka jelas bahwa diharapkan pihak sekolah berusaha memupuk kegemaran dan bakat siswa agar mempunyai kesempatan untuk berkembang melalui kelas khusus olahraga agar dapat membawa nama baik sekolah melalui kejuaraan-kejuaraan tingkat sekolah maupun kejuaraan besar lainnya. Guru olahraga dan kepala sekolah selaku pemegang kebijakan sudah seharusnya memiliki tanggung jawab bersama, agar program Kelas Khusus Olahraga (KKO) mendapat perhatian dari peserta didik.

Dibukanya kelas khusus olahraga ini merupakan sebuah rancangan untuk mempersiapkan para peserta didik agar memiliki jati diri bangsa yang kokoh dan mempunyai kemampuan bersaing pada tingkat nasional maupun internasional. Sekolah mengharapkan kelas khusus olahraga ini dapat menjadi ujung tombak dalam rangka mewujudkan kualitas pendidikan nasional serta mengembangkan dan

mempersiapkan lulusan SMA Negeri 1 Seyegan yang berprestasi sehingga mampu menjunjung harkat dan martabat bangsa. Melalui kelas khusus olahraga dan didukung dengan tenaga pendidik serta fasilitas yang memadai diharapkan SMA Negeri 1 Seyegan menjadi sekolah unggulan yang berbasis olahraga dengan lulusan yang mampu berperan aktif dalam masyarakat, trampil, dan mandiri.

Menurut Komarudin (2008: 243), kecemasan adalah suatu perasaan tidak mampu menghadapi suatu bahaya yang mengancam, akan muncul ketika seseorang tidak memiliki respons yang sesuai untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Sangat banyak sekali masalah yang dihadapi siswa SMA apalagi masa remaja adalah masa dimana siswa mengeksplorasi segala pengetahuannya dan pengalamannya. Siswa yang mengalami perasaan tidak mampu maka akan menunjukkan sikap yang berbeda dari tingkah laku pada umumnya, banyak sekali faktor yang dapat membuat seseorang mengalami rasa kecemasan mulai dari kecemasan yang ditimbulkan dari dalam diri maupun yang ditimbulkan dari luar. Pentingnya seseorang mengetahui tingkat kecemasannya akan dapat mengurangi kecemasan yang ada dalam diri seseorang.

Prestasi maksimal dapat dicapai oleh siswa dengan adanya kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental yang baik khususnya percaya diri. Percaya diri menjadi aspek yang penting dalam perkembangan siswa di sekolah. Siswa seharusnya melakukan berbagai aktifitas sekolah dengan modal percaya diri. Berbagai aktifitas sekolah yang melibatkan percaya diri siswa adalah berpendapat dalam diskusi, bertanya pada guru ketika mengalami kesulitan, dan mengutarakan gagasan di

depan umum. Jika siswa tidak menampilkan percaya diri yang tinggi tentu akan berpengaruh terhadap performa akademik mereka di sekolah.

Percaya diri dapat diartikan suatu kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan yang terbaik. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Banyak cara untuk menumbuhkan rasa percaya diri dan disiplin bagi siswa olahraga yang akan melakukan latihan dan pertandingan. Rasa percaya diri bagi siswa harus diperhatikan supaya dalam pencapaian prestasinya akan lebih termotivasi, dalam diri siswa. Kepercayaan diri (*self confidence*) merupakan modal utama seseorang, khususnya siswa untuk mencapai prestasi. Siswa yang mempunyai kepercayaan diri berarti peserta didik tersebut sanggup, dan meyakini dirinya dalam mencapai prestasi maksimal.

Berdasarkan hasil wawancara kepada beberapa siswa KKO ada beberapa hal yang sering permasalahan yang didapat, adanya perbedaan antara kelas regular dengan kelas KKO yang membuat siswa menjadi kurang bersemangat, adanya rasa kurang percaya diri karena merasa dirinya masih kurang dibanding teman-temannya, terkadang merasa cemas saat menghadapi event antar sekolah karena pasti tuntutan dari sekolah yang tinggi karena kami kelas khusus olahraga sehingga harus bisa memberikan yang terbaik.

Sebagai siswa pada umumnya, siswa kelas khusus olahraga selain mampu meraih prestasi tertinggi dalam bidang olahraga juga dituntut untuk memiliki nilai akademik yang tinggi pula. Namun pada kenyataannya terdapat beberapa siswa yang

mengantuk, merasa malas, dan merasa lelah saat mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas. Kurangnya percaya diri dan seringnya timbul rasa cemas dalam sehari-hari. Berdasarkan masalah tersebut perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui “Tingkat Kecemasan dan Percaya Diri Siswa Kelas Khusus Olahraga (KKO) Cabor Sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, masalah-masalah yang timbul dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Pentingnya Profil Psikologis Siswa Kelas Khusus Olahraga segera diketahui oleh para pelatih, guru dan siswa itu sendiri
2. Belum maksimalnya pemahaman siswa tentang peran psikologis khususnya kecemasan dan percaya diri dalam menunjang prestasi siswa KKO
3. Pentingnya diketahuinya Tingkat Kecemasan dan Percaya Diri Siswa Kelas Khusus Olahraga (KKO) Cabor Sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan .

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya pembatasan, sehingga ruang lingkup ini menjadi jelas. Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka dalam penelitian ini hanya membahas Tingkat Kecemasan dan Percaya Diri Siswa Kelas Khusus Olahraga (KKO) Cabor Sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan .

D. Rumusan Masalah

Atas dasar pembatasan masalah tersebut, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Seberapa Tingkat Kecemasan Siswa Kelas Khusus Olahraga Cabor Sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan?
2. Seberapa Tingkat Percaya Diri Siswa Kelas Khusus Olahraga Cabor SMA Negeri 1 Seyegan?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah

1. Mengetahui Tingkat Kecemasan Siswa Kelas Khusus Olahraga Cabor Sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan
2. Mengetahui Tingkat Percaya Diri Siswa Kelas Khusus Olahraga Cabor Sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan

F. Manfaat Penelitian

Setiap hasil penelitian diharapkan bisa memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu yang dijadikan objek penelitian. Adapun manfaat yang diharapkan penulis ini adalah:

1. Bagi Guru
 - a. Sebagai dokumentasi profil psikologis peserta didik KKO, untuk menjadi acuan dalam memberikan materi pembelajaran
 - b. Menjadikan acuan guru dalam membuka penerimaan siswa KKO ditahun ajaran berikutnya agar mendapatkan siswa yang lebih baik.

- c. Sebagai dokumen untuk mengetahui psikologis siswa untuk meningkatkan prestasi akademik.
2. Bagi pelatih
- a. Sebagai dokumen untuk mengetahui psikologis siswa untuk meningkatkan performa bertanding.
 - b. Memberikan tambahan cara pendekatan secara psikologis untuk menunjang performa siswa KKO.
 - c. Dapat digunakan sebagai data agar pelatih dapat mengetahui kondisi psikologis saat ini
3. Secara Praktik
- a. Memberi masukan bagi para pembina olahraga dan pelatih agar dalam memberi pembinaan atau latihan lebih memilih landasan yang ilmiah.
 - b. Bagi pelatih dapat dijadikan acuan dalam pemberian program untuk melihat dari sisi psikologis siswanya agar dapat diserap secara maksimal
 - c. Bagi atlet, dapat menjadikan bahan kajian untuk menambah dan sadar bahwa aktivitas jasmani penting untuk meningkatkan kondisi psikologis sehingga mampu mengontrol dirinya sendiri.
4. Bagi Atlet
- a. Mendapatkan catatan /dokumen untuk mengetahui kondisi psikologis dirinya sendiri.

- b. Supaya atlet memperbaiki dan mempertahankan profil psikologis yang dimilikinya, serta sebagai wawasan pengetahuan teori, bahwa peran psikologis dapat menunjang prestasi atlet.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kecemasan

1. Definisi Kecemasan

Menurut Singgih. D. Gunarsa (1989: 147) kecemasan adalah perasaan tidak berdaya, tak aman tanpa sebab yang jelas, kabur atau samar-samar. Kecemasan dalam pertandingan akan menimbulkan tekanan emosi yang berlebihan yang dapat mengganggu pelaksanaan pertandingan serta mempengaruhi penampilan atau prestasi. Adapun menurut Levitt yang dikutip oleh Husdarta (2011: 73), “kecemasan dapat didefinisikan sebagai suatu perasaan subyektif akan ketakutan dan meningkatkan kegairahan secara fisiologik.” Setiap orang pernah mengalami kecemasan atau ketakutan terhadap berbagai situasi seperti takut dimarahi, takut tidak naik kelas, takut gagal, takut tertabrak dan takut atau khawatir sebelum bertanding. Singgih. D. Gunarsa (2008: 147) menambahkan kecemasan adalah perasaan tidak berdaya, tak aman tanpa sebab yang jelas, kabur atau samar-samar. Kecemasan dalam pertandingan akan menimbulkan tekanan emosi yang berlebihan yang dapat mengganggu pelaksanaan pertandingan serta mempengaruhi penampilan atau prestasi.

Atkinson (1993: 212) menyatakan bahwa kecemasan emosi adalah yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang terkadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda dalam kecemasan, orang dapat menggunakan tenaga emosional dari pada yang mereka sadari. Kecemasan adalah ketegangan mental yang biasanya disertai

dengan gangguan tubuh yang menyebabkan individu yang bersangkutan merasa tidak berdaya dan mengalami kelelahan karena senantiasa harus berada dalam keadaan waspada terhadap ancaman bahaya yang tidak jelas (Komarudin, 2015: 102).

Dari berbagai pendapat para ahli seperti yang telah diuraikan, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa definisi kecemasan adalah perasaan yang sering dialami seseorang dalam hal ini atlet, dapat menimbulkan tekanan emosi meliputi; kegelisahan, kekhawatiran, dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas yang terjadi pada waktu tertentu, misalnya saat menghadapi suatu pertandingan. Perasaan cemas ini muncul dalam diri atlet dapat disebabkan oleh faktor intrinsik maupun faktor ekstrinsik yang dapat mengganggu pelaksanaan pertandingan yang akan dihadapi sehingga dapat mempengaruhi penampilan atlet tersebut dalam menghadapi suatu pertandingan.

2. Gejala Kecemasan

Kecemasan adalah suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan. Individu-individu yang tergolong normal kadang kala mengalami kecemasan yang menampak, sehingga dapat disaksikan pada penampilan yang berupa gejala-gejala fisik maupun mental. Gejala tersebut lebih jelas pada individu yang mengidap penyakit mental yang parah.

Kecemasan berasal dari perasaan tidak sadar yang berada di dalam kepribadian sendiri, dan tidak berhubungan dengan objek nyata atau keadaan yang benar-benar ada. Kholil (2010:103) mengemukakan beberapa gejala-gejala dari kecemasan antara lain:

- 1) Ada saja hal-hal yang sangat mencemaskan hati, hampir setiap kejadian menimbulkan rasa takut dan cemas. Kecemasan tersebut merupakan bentuk ketidakberanian terhadap hal-hal yang tidak jelas.
- 2) Adanya emosi-emosi yang kuat dan sangat tidak stabil. Suka marah dan sering dalam keadaan *excited* (heboh) yang memuncak, sangat *irritable* akan tetapi sering juga dihinggapai depresi.
- 3) Diikuti oleh bermacam-macam fantasi, delusi, ilusi, dan *delusion of persecution* (delusi yang dikejar-kejar).
- 4) Sering merasa mual dan muntah-muntah, badan terasa sangat lelah, banyak berkeringat, gemetar, dan sering kali menderita darah tinggi
- 5) Muncul ketegangan dan kekuatan yang kronis yang menyebabkan tekanan jantung menjadi sangat cepat atau tekanan darah tinggi.

Jeffrey S Nevid, dkk (2005: 164) mengklasifikasikan gejala-gejala kecemasan dalam tiga jenis gejala, diantaranya yaitu :

- 1) Gejala fisik dari kecemasan yaitu: kegelisahan, anggota tubuh bergetar, banyak berkeringat, sulit bernafas, jantung berdetak kencang, merasa lemas, panas dingin, mudah marah atau tersinggung.
- 2) Gejala behavioral dan kecemasan yaitu : berperilaku menghindar, terguncang, melekat dan dependen
- 3) Gejala kognitif dari kecemasan yaitu : khawatir tentang sesuatu, perasaan terganggu akan ketakutan terhadap sesuatu yang terjadi dimasa depan, keyakinan bahwa sesuatu yang menakutkan akan segera

terjadi, ketakutan akan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah, pikiran terasa bercampur aduk atau kebingungan, sulit berkonsentrasi.

3. Jenis-jenis kecemasan

Jenis-jenis gangguan kecemasan dapat digolongkan menjadi beberapa pendekatan. Wiramiharja (Haruman, 2013: 23) mengungkapkan beberapa jenis gangguan kecemasan yang dijelaskan sebagai berikut:

- 1) *Panic disorder* yaitu gangguan yang dipicu oleh munculnya satu atau dua serangan atau panik yang dipicu oleh hal-hal yang menurut orang lain bukan merupakan peristiwa yang luar biasa. *Agrofobia* yaitu suatu keadaan dimana seseorang merasa tidak dapat atau sukar menjadi baik secara fisik maupun psikologis untuk melepas diri.
- 2) *Phobia* lainnya merupakan pernyataan perasaan cemas atau takut atas suatu yang tidak jelas, tidak rasional, tidak realistis.
- 3) *Obsesive-compulsive* yaitu suatu pikiran yang terus menerus secara patologis muncul dari dalam diri seseorang, sedangkan kompulsif adalah tindakan yang didorong oleh impuls yang berulang kali dilakukan.
- 4) Gangguan kecemasan yang tergeneralisasikan yang ditandai adanya rasa khawatir yang eksematik dan kronis dalam istilah lama disebut *Free Floating Anxiety*.

Husdarta (2011: 80) menyatakan bahwa kecemasan yang dirasakan oleh atlet dalam waktu tertentu, misalnya menjelang pertandingan (*state anxiety*) dan kecemasan yang dirasakan karena atlet tergolong pencemas (*trait anxiety*).

Satiadarma (2000: 11) menjelaskan bahwa dalam dunia olahraga kecemasan (*anxiety*), gugahan (*arousal*), dan stres (*stress*) merupakan aspek yang memiliki kaitan yang sangat erat satu sama lain, sehingga sulit dipisahkan. Charles Spielberger (1966) (dalam Gunarsa, 2008: 74) membagi kecemasan menjadi dua, yaitu:

1) *State Anxiety*

State anxiety adalah suatu keadaan emosional berupa ketegangan dan ketakutan yang tiba-tiba muncul, serta diikuti perubahan fisiologi tertentu. Munculnya kecemasan antara lain ditandai gerakan-gerakan pada bibir, sering mengusap keringat pada telapak tangan, atau pernapasan yang terlihat tinggi. *State anxiety* merupakan keadaan objektif ketika seseorang mempersepsikan rangsangan-rangsangan lingkungan, dalam hal ini pertandingan, sebagai sesuatu yang memang menimbulkan ketegangan atau kecemasan.

2) *Trait Anxiety*

Trait anxiety adalah suatu predisposisi untuk mempersepsikan situasi lingkungan yang mengancam dirinya. Spielberger (1966) merumuskan *trait anxiety* sebagai berikut: Jika seorang atlet pada dasarnya memiliki *trait anxiety*, maka manifestasinya kecemasannya akan selalu berlebihan dan mendominasi aspek psikis. Hal ini merupakan kendala yang serius bagi atlet tersebut untuk berpenampilan baik.

Komarudin (2015: 13) menyatakan bahwa kecemasan somatik (*somatic anxiety*) adalah perubahan-perubahan fisiologis yang berkaitan dengan munculnya rasa cemas. *Somatic anxiety* ini merupakan tanda-tanda fisik saat

seseorang mengalami kecemasan. Tanda-tanda tersebut antara lain: perut mual, keringat dingin, kepala terasa berat, muntah-muntah, pupil mata melebar, otot menegang, dan sebagainya. Untuk mengukur kecemasan jenis ini dibutuhkan pemahaman yang mendalam dari atlet terhadap kondisi tubuhnya. Atlet harus selalu sadar dengan kondisi fisik yang rasakan. Kecemasan kognitif (*cognitive anxiety*) adalah pikiran-pikiran cemas yang muncul bersamaan dengan kecemasan somatis. Pikiran-pikiran cemas tersebut antara lain: kuatir, ragu-ragu, bayangan kekalahan atau perasaan malu. Pikiran-pikiran tersebut yang membuat seseorang selalu merasa dirinya cemas. Kedua jenis rasa cemas tersebut terjadi secara bersamaan, artinya ketika seorang atlet mempunyai keraguraguan saat akan bertanding, maka dalam waktu yang bersamaan dia akan mengalami kecemasan somatis, yakni dengan adanya perubahan-perubahan fisiologis.

Davidson & Schewartz (Setyobroto, 2002) menyatakan bahwa kecemasan kompetitif dasar dibagi menjadi dua yaitu :

1) Kecemasan Kompetitif Dasar (*competitive trait anxiety*)

Silva & Weinberg (Setyobroto, 2002) bahwa kecemasan kompetitif dasar merupakan kecenderungan untuk mempresepsikan situasi kompetisi sebagai mengancam dan melakukan respons terhadap situasi tersebut dengan reaksi meningkatkan kecemasan sesaatnya memiliki perbedaan kecenderungan dalam mempersepsikan kompetisi sebagai suatu ancaman.

2) Kecemasan Kompetitif Sesaat (*competitive state anxiety*)

Spielberger (Setyobroto, 2002) bahwa kecemasan yang ditimbulkan oleh suatu kompetisi olahraga yang dirasakan atlet sebelum suatu pertandingan dimulai. Kecemasan sesaat dibedakan berdasarkan dua komponennya yaitu :

a) Kecemasan Kognitif Sesaat (*cognitive state anxiety*)

Kecemasan kognitif sesaat merupakan komponen mental dari kecemasan sesaat yang diakibatkan oleh adanya ketakutan terhadap penilaian negatif terhadap diri sendiri dan tindakan mengancam harga diri (Endler dalam Cox, 2002).

b) Kecemasan Somatik Sesaat (*somatic state anxiety*)

Kecemasan somatik sesaat merupakan komponen fisiologis dan afeksi dari kecemasan sesaat yang langsung berhubungan dengan kesiagaan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, jenis kecemasan dalam penelitian ini menggunakan teori dari Komarudin (2015: 13), yaitu kecemasan somatik dan kecemasan kognitif.

4. Faktor-faktor yang Menyebabkan Kecemasan

Faktor–faktor yang dapat menyebabkan kecemasan dalam menghadapi suatu pertandingan pada seorang atlet sangat bervariasi, biasanya kecemasan disebabkan oleh faktor intrinsik dan factor ekstrinsik, yang dapat mengakibatkan kecemasan, akan tetapi, kecemasan atlet tergantung dari masing-masing atlet yang menanggapinya.

Menurut Harsono (1998: 226) ada lima faktor yang menyebabkan kecemasan antara lain:

- 1) Takut kalau gagal dalam pertandingan.

Ketakutan akan kegagalan adalah ketakutan bila dikalahkan oleh lawan yang dianggap lemah sehingga merupakan suatu ancaman terhadap ego atlet.

- 2) Takut cedera atau yang berkaitan dengan kondisi fisiologisnya.

Ketakutan akan serangan lawan yang dapat menyebabkan cedera fisik merupakan ancaman yang serius bagi atlet.

- 3) Takut akan akibat sosial atau mutu prestasi mereka.

Kecemasan muncul akibat ketakutan akan dinilai secara negatif oleh ribuan penonton yang merupakan ancaman terhadap harga diri atlet. Kecenderungannya masyarakat akan memberikan penilaian positif terhadap atlet yang memenangkan pertandingan dan akan cenderung memberikan penilaian negatif terhadap atlet yang kalah. Pengakuan sekolah, persetujuan teman dekat dan pemberitahuan surat kabar secara intensif serta kesempatan untuk ikut serta di tingkat yang lebih tinggi dimungkinkan bagi atlet yang berhasil.

- 4) Takut akan akibat agresi fisik yang dilakukan oleh lawan maupun oleh diri sendiri.

- 5) Takut bahwa fisiknya tidak mampu menyelesaikan tugasnya atau pertandingan dengan baik.

Kecemasan yang disebabkan faktor intrinsik antara lain; berpenampilan buruk sebagai akibat dari rasa takut gagal, sifat kepribadian yang memang pencemas dan pengalaman bertanding yang masih kurang, sedangkan akibat kecemasan yang disebabkan oleh factor ekstrinsik, antara lain; lawan, penonton, teman, pengurus, tempat pertandingan, fasilitas pertandingan, perlengkapan dan tuntutan dari pelatih dan keluarga (Husdarta, 2014:80).

Menurut Singgih. D. Gunarsa (2014: 67) seorang atlet biasanya takut sebelum menghadapi pertandingan. Takut gagal memenuhi harapan pelatih, teman dan keluarga. Walaupun ada kemungkinan takut mengalami cedera atau mungkin takut oleh perasaan diasingkan, di hina dan lainnya apabila gagal dalam suatu pertandingan. Seorang atlet yang terlalu cemas menghadapi suatu pertandingan adalah atlet yang tidak mampu mengatasi permasalahannya dengan baik. Atlet tersebut secara psikologis sudah kalah sebelum bertanding, namun kecemasan yang dialami atlet tidak selamanya mengganggu atau merugikan dalam keadaan tertentu kecemasan dapat memberi nilai lebih bahkan diperlukan untuk mencapai prestasi yang optimal.

Berdasarkan beberapa pendapat Harsono (2015: 248), Husdarta (2014: 67) dan Singgih. D. Gunarsa (2014: 67) mengenai faktor-faktor yang dapat menyebabkan seorang atlet mengalami kecemasan pada saat menjelang pertandingan dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu:

- 1) Berasal dari dalam diri atlet
 - a) Moral

Harsono (2015: 248) menyatakan bahwa “moral atlet merupakan suatu sikap yang mampu menatap segala kesulitan, perubahan, frustrasi, kegagalan, dan gangguan-gangguan emosional dalam menghadapi pertandingan dengan penuh kesabaran dan rasa percaya diri.” Moral yang tinggi terlihat dalam kemampuan yang keras, kemantapan niat untuk menang dan tidak cepat menyerah, meskipun atlet menghadapi kegagalan maupun keberhasilan dalam suatu pertandingan. Atlet yang mengeluh, emosi labil, pura-pura sakit, menyalahkan orang lain, konsentrasi menurun dan lain sebagainya merupakan contoh moral yang kurang baik dan merupakan pertanda atlet mengalami kecemasan sebelum pertandingan.

b) Pengalaman bertanding

Perasaan cemas pada atlet berpengalaman berbeda dengan atlet yang belum berpengalaman. Seorang atlet yang kurang bahkan belum pernah bertanding kemungkinan tingkat kecemasannya tinggi sehingga dapat menurunkan semangat dan kepercayaan diri dalam pertandingan. Begitu pula atlet yang sudah terbiasa bertanding dapat mengalami kecemasan walaupun relatif kecil karena sudah pernah mengalami dan dapat menguasainya.” Atlet yang belum pernah mengikuti pertandingan akan mengalami kesulitan dalam menghadapi gangguan yang timbul dalam pertandingan, pengorbanan yang dituntut untuk mencapai suatu kemenangan, tekanan-tekanan yang dihadapi, pahitnya suatu kelelahan, dan nikmatnya suatu kemenangan merupakan keseluruhan hal yang belum pernah merasakan pengalaman bertanding.

c) Adanya pikiran negatif dicemooh/dimarahi

Dicemooh atau dimarahi adalah sumber dari dalam diri atlet. Dampaknya akan menimbulkan reaksi pada diri atlet. Reaksi tersebut akan tertahan sehingga menjadi suatu yang menimbulkan frustrasi yang mengganggu penampilan pelaksanaan pertandingan. Perasaan takut dimarahi oleh pelatih apabila gagal dalam suatu pertandingan, membuat seorang atlet menjadi tertekan. Atlet tersebut tidak dapat mengembangkan kemampuannya dikarenakan adanya pikiran-pikiran kurang percaya akan kemampuan yang dimilikinya.

d) Adanya pikiran puas diri

Bila dalam diri atlet ada pikiran atau rasa puas diri, maka dalam diri atlet tersebut tanpa disadarinya telah tertanam kecemasan. Atlet dituntut oleh dirinya sendiri untuk mewujudkan satu yang mungkin berada diluar kemampuannya. Harapan yang terlalu tinggi padahal tidak sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya membuat atlet tidak waspada akan situasi dan kondisi yang ada di lapangan, atlet menjadi lengah, tingkat konsentrasinya menjadi menurun dan lain sebagainya.

2) Berasal dari luar diri atlet

a) Penonton

Pengaruh penonton yang tampak terhadap seorang atlet pada umumnya berupa menurunnya keadaan mental, sehingga tidak dapat dengan sempurna menampilkan penampilan terbaiknya. Atlet seolah-olah mengikuti apa kata penonton dan bagaimana seorang atlet bermain sehingga

menurunkan kepercayaan dirinya. Akan tetapi dalam diri hal-hal tertentu kehadiran penonton dapat menjadi hal positif misalnya atlet menjadi lebih semangat karena adanya yang mendukung dalam menghadapi suatu pertandingan.

b) Peran pelatih

Sikap pelatih yang khawatir berlebihan dapat mempengaruhi sikap atlet, salah satunya akibatnya adalah seorang atlet takut cedera kembali kambuh, dan gemetar saat bertanding sehingga tidak dapat mengendalikan pesawatnya dan tidak dapat melempar sesuai yang diharapkan. Begitu pula dengan ketidakhadiran pelatih dalam pertandingan akan mengurangi penampilan atlet, hal ini disebabkan karena atlet merasa tidak ada yang memberi dorongan atau dukungan pada saat yang diperlukan. Selain itu apabila terjadi hubungan yang tidak serasi antara atlet dan pelatih, atlet tidak dapat berkomunikasi dengan baik dengan pelatih, tidak ada keterbukaan mengenai gangguan-gangguan mental yang dialaminya dan hal itu akan menjadi beban seorang atlet.

c) Saingan-saingan bukan lawanandingannya

Lawan tanding yang dihadapi merupakan pemain berprestasi akan menimbulkan kecemasan. Atlet yang mengetahui lawan yang dihadapinya adalah pemain nasional atau lebih unggul dari dirinya, maka hati kecil seorang atlet tersebut telah timbul pengakuan akan ketidakmampuannya untuk menang.

d) Pengaruh lingkungan keluarga

Keluarga merupakan wadah pembentuk pribadi anggota keluarga. Apabila lingkungan keluarga sangat menekankan kepada atlet untuk harus menjadi juara, atlet menjadi tertekan. Atlet tidak yakin akan kemampuannya sehingga atlet tersebut membayangkan bagaimana kalau dirinya gagal, sehingga tidak dapat memenuhi harapan keluarganya, hal ini akan menurunkan penampilan atletnya dalam menghadapi suatu pertandingan.

e) Cuaca dan sarana prasarana

Keadaan yang diakibatkan oleh panasnya cuaca atau ruangan akan mengakibatkan kecemasan. Cuaca panas yang tinggi akan mengganggu beberapa fungsi tubuh sehingga atlet merasa lelah dan tidak nyaman serta mengalami rasa pusing, sakit kepala, mual dan mengantuk. Kondisi ini disebut sebagai kelelahan oleh panas (*heat exhaustion*). Lapangan yang bergelombang, angin yang bertiup kencang atau peralatan yang tidak memadai membuat atlet tidak maksimal dalam mengeluarkan kemampuannya.

5. Klasifikasi Tingkat Kecemasan

Kecemasan sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Menurut Peplau (1952) dalam Suliswati (2014) ada empat tingkatan yaitu :

1) Kecemasan Ringan

Dihubungkan dengan ketegangan yang dialami sehari-hari. Individu masih waspada serta lapang persepsinya meluas, menajamkan indera. Dapat

memotivasi individu untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara efektif dan menghasilkan pertumbuhan dan kreatifitas.

2) Kecemasan Sedang

Individu terfokus hanya pada pikiran yang menjadi perhatiannya, terjadi penyempitan lapangan persepsi, masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain.

3) Kecemasan Berat

Lapangan persepsi individu sangat sempit. Pusat perhatiannya pada detil yang kecil dan spesifik dan tidak dapat berfikir hal-hal lain. Seluruh perilaku dimaksudkan untuk mengurangi kecemasan dan perlu banyak perintah/arahan untuk terfokus pada area lain.

4) Panik

Individu kehilangan kendali diri dan detil perhatian hilang. Karena hilangnya kontrol, maka tidak mampu melakukan apapun meskipun dengan perintah. Terjadi peningkatan aktivitas motorik, berkurangnya kemampuan berhubungan dengan orang lain, penyimpangan persepsi dan hilangnya pikiran rasional, tidak mampu berfungsi secara efektif. Biasanya disertai dengan disorganisasi kepribadian.

B. Percaya Diri

1. Pengertian Rasa Percaya Diri

Percaya diri menjadi aspek yang penting dalam perkembangan siswa di sekolah. Siswa seharusnya melakukan berbagai aktifitas sekolah dengan modal percaya diri. Berbagai aktifitas sekolah yang melibatkan percaya diri siswa adalah

berpendapat dalam diskusi, bertanya pada guru ketika mengalami kesulitan, dan mengutarakan gagasan di depan umum. Jika siswa tidak menampilkan percaya diri yang tinggi tentu akan berpengaruh terhadap performa akademik mereka di sekolah. Mustari (2014 : 51) mendefinisikan rasa percaya diri sebagai keyakinan bahwa seseorang mempunyai kemampuan untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu. Mengacu pada pendapat tersebut, dapat dikemukakan bahwa rasa percaya diri merupakan modal dasar bagi seseorang dalam memenuhi berbagai tujuan hidupnya. Berbagai tujuan dalam hidup seseorang dapat dicapai dengan cara meyakini segenap potensi yang dimiliki. Melalui keyakinan yang kuat bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu, seseorang menjadi tergerak untuk terus melakukan aktivitas-aktivitas yang mengarah pada keberhasilan tujuan dalam hidupnya.

Komarudin (2013) menjelaskan bahwa “atlet yang memiliki kepercayaan diri selalu berpikir positif untuk menampilkan sesuatu yang terbaik dan memungkinkan timbul keyakinan pada dirinya bahwa dirinya mampu melakukannya sehingga penampilannya tetap baik”. Sebaliknya atlet yang memiliki pikiran negatif dan tidak percaya pada dirinya mampu melakukannya, sehingga penampilannya menurun.

Lauster (1992) juga mengemukakan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran dan bertanggung jawab. Lauster (1992) menambahkan bahwa kepercayaan diri

berhubungan dengan kemampuan dalam melakukan suatu yang baik. Anggapan seperti ini membuat individu tidak pernah menjadi orang yang mempunyai kepercayaan diri yang sejati. Kemampuan manusia terbatas pada sejumlah hal yang dapat dilakukan dengan baik dan sejumlah kemampuan yang dikuasai.

Sementara itu, menurut Suhardita (2010 : 130) konsep percaya diri pada dasarnya merupakan suatu keyakinan untuk menjalani kehidupan, mempertimbangkan pilihan , dan membuat keputusan pada diri sendiri bahwa dia mampu untuk melakukan sesuatu. Dari pendapat di atas, selain mebuat keputusan sendiri bahwa seseorang mampu melakukan sesuatu juga terdapat dua penjabaran konsep percaya diri yang lain, yaitu keyakinan untuk menjalani kehidupan dan mempertimbangkan pilihan, segala aktivitas yang dijalani seseorang dalam kehidupan tidak terlepas dari keyakinan diri. Keyakinan diri yang dimaksud adalah keyakinan untuk melaksanakan tugas atau aktivitas yang ada dalam kehidupannya. Tanpa keyakinan diri untuk melaksanakan tugas seseorang tidak akan mampu menyelesaikan tugas tersebut dalam perjalanan kehidupannya. Demikian pula dalam hal mempertimbangkan pilihan, mempertimbangkan pilihan merupakan rangkaian dari diambilnya sebuah keputusan. Pada saat mempertimbangkan pilihan seseorang memepergunakan keyakinannya untuk menimbang antara berbagai pilihan. Dari hasil menimbang yang dilakukan dengan penuh keyakinan , akan melahirkan suatu keputusan yang dia yakini merupakan keputusan terbaik yang mampu dia jalankan dengan baik pula.

Angelis (2005 : 57) lebih lanjut mengungkapkan bahwa kepercayaan diri adalah sesuatu yang harus mampu menyalurkan segala yang kita ketahui dan segala

yang kita kerjakan. Dari pengertian tersebut, dapat diketahui bahwa percaya diri memang memegang peranan penting untuk dapat megomunikasikan pengetahuan seseorang tentang suatu hal. Gagasan pengetahuan yang seseorang miliki tidak akan terlihat tanpa adanya suatu *action*. Rasa percaya diri bertugas untuk menumbuhkan adanya motivasi diri yang ada pada diri seseorang untuk berhasil.

Berdasarkan beberapa pengertian mengenai rasa percaya diri yang telah dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang untuk melakukan suatu kegiatan atau tindakan yang bersumber dari gagasannya untuk mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Rasa percaya diri tersebut dapat berupa keyakinan untuk menghadapi lingkungan yang semakin kompleks maupun keyakinan atas keputusan yang telah diambil. Sehingga seseorang akan melakukan hasil dari keputusannya dengan rasa percaya diri dan menghasilkan rasa puas atas apa yang seseorang lakukan.

2. Aspek-aspek Rasa Percaya Diri

Kepercayaan diri diperoleh dari hasil belajar melalui interaksi dengan lingkungan. seseorang dengan kepercayaan diri yang baik akan dapat mengoptimalkan potensi-potensi yang ada dalam dirinya. Seseorang akan mampu mengkomunikasikan gagasan yang dia miliki. Menurut Lauster (1992: 14) berpendapat bahwa kepercayaan diri yang sangat berlebihan , bukanlah sifat yang positif. Pada umumnya akan menjadikan orang tersebut kurang berhati-hati dan akan berbuat seenaknya sendiri. Hal ini menjadi sebuah tingkah laku yang menyebabkan konflik dengan orang lain. Seseorang yang bertindak dengan kepercayaan diri berlebih sering memberikan kesan kejam dan lebih banyak punya

lawan dari pada teman. Ghufroon (2010: 35) mengemukakan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, bersifat positif dan tidak mudah terpengaruh orang lain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya

Menurut Lauster (Kushartanti, 2009: 41), menguraikan rasa percaya diri menjadi lima aspek sebagai berikut.

- a) Keyakinan akan kemampuan diri, yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa dia mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b) Optimis, yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan, dan kemampuan
- c) Obyektif, yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran mestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d) Bertanggung jawab, yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah terjadi dan konsekuensinya.
- e) Rasional dan realistis yaitu analisis terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai kenyataan.

Sedangkan menurut Angelis (2005: 58) dalam mengembangkan rasa percaya diri terdapat tiga aspek yang dapat diuraikan. Ketiga aspek tersebut adalah sebagai berikut.

- a) Tingkah laku, memiliki tiga indikator yaitu melakukan sesuatu secara maksimal, mendapat bantuan orang lain, dan mampu menghadapi segala kendala
- b) Emosi, terdiri dari empat indikator, yaitu memahami perasaan sendiri, mengungkapkan perasaan sendiri, memperoleh kasih sayang dan perhatian pada saat mengalami kesulitan, dan memahami manfaat apa yang dapat disumbangkan kepada orang lain.
- c) Spiritual, terdiri dari tiga indikator, yaitu memahami bahwa alam semesta adalah sebuah misteri, yakni takdir Tuhan, dan mengagungkan Tuhan.

Pendapat pertama membaginya dalam lima aspek. Kelima aspek tersebut adalah keyakinan akan kemampuan, optimis, obyektif, bertanggung jawab, serta rasional realistis, sedangkan dari pendapat kedua membaginya dalam tiga aspek percaya diri berdasarkan tingkah laku, emosi, dan spiritual.

Berdasarkan pendapat yang telah diuraikan, aspek rasa percaya diri yang lebih ditekankan yaitu pada pembagian aspek percaya diri berdasarkan wilayah tingkah laku, emosi, dan spiritual. Seseorang dapat mengembangkan rasa percaya diri dengan cara mengolah tiga aspek tersebut sebagai sasaran. Beberapa kemampuan yang dimiliki oleh orang yang memiliki rasa percaya diri adalah kemampuan menghadapi masalah, bertanggung jawab terhadap keputusan dan tindakannya, kemampuan dalam bergaul dan kemampuan menerima kritik.

3. Manfaat Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri sangat mendukung atlet untuk mencapai keberhasilan dalam perlombaan. Berkurang atau hilangnya kepercayaan diri dapat mengakibatkan penampilan atlet di bawah kemampuan yang sesungguhnya. Untuk itu atlet tidak perlu ragu dengan kemampuan yang dimilikinya, sepanjang atlet telah berlatih dengan sungguh-sungguh dan memiliki pengalaman mengikuti perlombaan yang banyak. Komarudin (2013: 72), menyatakan bahwa “kepercayaan diri dalam olahraga sangat penting, yang erat hubungannya dengan *“emotional security”*. Makin kuat kepercayaan pada dirinya makin kuat pula *emotional securitynya*. Rasa percaya diri menimbulkan rasa aman, yang tampak pada sikap dan tingkah laku atlet”.

Weinberg dan Gould (Satiadarma, 2000: 245-246) menjelaskan bahwa rasa percaya diri dapat memberi dampak positif pada individu atlet, yaitu:

- 1) Emosi. Jika seseorang memiliki rasa percaya diri yang tinggi, ia akan lebih mudah mengendalikan dirinya di dalam suatu keadaan yang menekan, ia dapat menguasai dirinya untuk bertindak tenang dan dapat menentukan saat yang tepat untuk melakukan suatu tindakan.
- 2) Konsentrasi. Dengan memiliki rasa percaya diri yang tinggi, seorang individu akan lebih mudah memusatkan perhatiannya pada hal tertentu tanpa merasa terlalu khawatir akan hal-hal lainnya yang mungkin akan merintangi rencana tindakannya.
- 3) Sasaran. Individu dengan rasa percaya diri yang tinggi cenderung untuk mengarahkan tindakannya pada sasaran yang cukup menantang, karenanya

juga ia akan mendorong dirinya sendiri untuk berupaya lebih baik. Sedangkan mereka yang kurang memiliki rasa percaya diri yang baik cenderung untuk mengarahkan sasaran perilakunya pada target yang lebih mudah, kurang menantang, sehingga ia juga tidak memacu dirinya sendiri untuk lebih berkembang.

- 4) Usaha. Individu dengan rasa percaya diri yang tinggi tidak mudah patah semangat atau frustrasi dalam berupaya meraih cita-citanya. Ia cenderung tetap berusaha sekuat tenaga sampai usahanya membuahkan hasil. Sebaliknya mereka yang memiliki rasa percaya diri yang rendah akan mudah patah semangat dan menghentikan usahanya ditengah jalan ketika menemui suatu kesulitan tertentu.
- 5) Strategi. Individu dengan rasa percaya diri yang tinggi cenderung terus berusaha untuk mengembangkan berbagai strategi untuk memperoleh hasil usahanya. Ia akan mencoba berbagai strategi dan berani mengambil resiko atas strategi yang diterapkannya. Sebaliknya mereka yang memiliki rasa percaya diri yang rendah cenderung tidak mau mencoba strategi baru, dan cenderung bertindak statis.
- 6) Momentum. Dengan rasa percaya diri yang tinggi, seorang individu akan menjadi lebih tenang, ulet, tidak mudah patah semangat, terus berusaha mengembangkan strategi dan membuka berbagai peluang bagi dirinya sendiri. Akibatnya, hal ini akan memberikan kesempatan pada dirinya untuk memperoleh momentum atau saat yang tepat untuk bertindak. Tanpa rasa percaya diri yang tinggi, usaha individu menjadi terbatas, peluang yang

dikembangkannya juga menjadi terbatas, sehingga momentum untuk bertindak menjadi terbatas pula.

Itu semua sangat dipengaruhi oleh adanya harapan positif akan sesuatu hal tertentu. Menurut Rosenthal, Jacobson, Horn dan Lox (Satiadarma, 2000) harapan positif akan membawa dampak positif pada penampilan, demikian juga harapan negatif akan membawa dampak negatif pada penampilan (falsafah pemenuhan diri atau *self fulfilling phrophesy*). Bandura (Satiadarma, 2000) menyatakan adapun positif dan negatifnya harapan seseorang juga banyak dipengaruhi oleh keyakinan diri orang tersebut bahwa ia akan mampu menyelesaikan atau merampungkan tugasnya dengan baik (keyakinan diri atau *self-efficacy*).

C. Siswa SMA

1. Pengertian Siswa SMA Sebagai Remaja Pertengahan

Masa SMA yang memiliki rentan usia 15-18 tahun bisa dikatakan merupakan masa peralihan seseorang dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa atau lebih sering kita kenal dengan istilah masa remaja. Masa Remaja merupakan suatu tahap transisi menuju ke status yang lebih tinggi yaitu status sebagai orang dewasa. Berdasarkan teori perkembangan, masa remaja adalah masa saat terjadinya perubahan perubahan yang cepat, termasuk perubahan fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian (Fagan, 2006).

Menurut Deswita (2006:192), juga mengungkapkan bahwa masa remaja menunjukkan sifat-sifat masa transisi atau peralihan dengan jelas, karena remaja belum memperoleh status orang dewasa tetapi tidak lagi memilih status kanak-kanak. Remaja berada dalam status *interim* sebagai akibat dari posisi yang sebagian diberikan oleh orang tua dan sebagian lagi diperoleh melalui usaha sendiri yang

selanjutnya memberikan *prestise* tertentu padanya. Status *interim* berhubungan dengan masa peralihan yang timbul sesudah pemasakan seksual (pubertas). Masa peralihan tersebut diperlukan untuk mempelajari bahwa remaja mampu memikul tanggung jawabnya nanti dalam masa dewasa. Makin maju masyarakatnya makin sukar tugas remaja untuk mempelajari tanggung jawab ini. Suatu pendidikan yang emansipatoris akan berusaha untuk melepaskan remaja dari status *interim*-nya supaya ia dapat menjadi dewasa yang bertanggung jawab.

Menurut Hurlock (2000), masa remaja memiliki ciri-ciri yang terdiri atas:

- a. Masa remaja sebagai periode perubahan. Remaja mengalami perubahan penting dalam hidupnya baik dari segi fisik maupun mentalnya untuk menuju kedewasaan diri.
- b. Masa remaja sebagai periode peralihan. Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan perannya yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa.
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan. Ada empat perubahan yang hampir bersifat universal. Pertama, meningginya emosi yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi. Kedua, perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial, menimbulkan masalah baru. Bagi remaja masalah baru yang timbul tampaknya lebih banyak dan remaja akan tetap merasa ditimbuni masalah, sampai ia sendiri menyelesaikannya menurut kepuasannya. Ketiga, berubahnya nilai-nilai, apa yang di masa anak-anak dianggap penting sekarang setelah hampir dewasa tidak

penting lagi. Keempat, sebagian besar remaja bersifat ambivalen terhadap setiap perubahan, mereka menginginkan perubahan dan menuntut kebebasan, tetapi mereka sering takut bertanggung jawab akan akibatnya.

- d. Masa remaja sebagai usia bermasalah. Masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi. Ketidakmampuan mereka untuk mengatasi masalah membuat banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.
- e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas. Pada periode ini remaja melakukan identifikasi dengan tokoh atau orang yang dikaguminya.
- f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan. Adanya stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang berperilaku merusak, mempengaruhi konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri dan akhirnya membuat peralihan ke masa dewasa menjadi sulit.
- g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik. Remaja cenderung melihat kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.
- h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa. Remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status kedewasaan, yaitu merokok, minum-minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan seks bebas.

2. Karakteristik Perkembangan Siswa SMA Sebagai Remaja Pertengahan

Siswa SMA sebagai remaja Pertengahan memiliki beberapa karakteristik perkembangan (Santrock, 2003: 31-39). Karakteristik-karakteristik tersebut dapat

melatarbelakangi seorang siswa SMA mengalami kecemasan, dalam penelitian ini khususnya kecemasan dalam menghadapi mata pelajaran matematika. Karakteristik-karakteristik tersebut, antara lain:

a) Perkembangan Kognitif

Remaja berada pada tahap pemikiran operasional formal. Menurut Piaget, tahap operasional formal (*formal operational stage*) merupakan tahap keempat dan terakhir dari tahap perkembangan kognitif, yang muncul sekitar usia 15 sampai 18 tahun. Secara lebih nyata, pemikiran operasional formal bersifat lebih abstrak daripada pemikiran operasional konkret. Remaja tidak lagi terbatas pada pengalaman nyata dan konkret sebagai landasan berpikirnya. Mereka mampu membayangkan situasi rekaan dan kejadian yang semata-mata berupa kemungkinan hipotesis ataupun proporsi abstrak, dan mencoba mengolahnya dengan pemikiran logis (Santrock, 2003: 31). proporsi abstrak, dan mengolahnya dengan pemikiran logis pada tahap ini. Bagi remaja yang belum mampu, dapat menimbulkan kecemasan dalam dirinya.

b) Perkembangan Sosial Emosional

1) Konflik orang tua-remaja

Masa akhir remaja merupakan waktu di mana konflik orang tua-remaja meningkatkan lebih dari konflik orang tua-anak (Santrock, 2003: 33). Peningkatan ini bisa terjadi karena beberapa faktor yang melibatkan pendewasaan remaja dan pendewasaan orang tua, meliputi: perubahan biologis pubertas, perubahan kognitif termasuk peningkatan idealisme dan penalaran logis, perubahan sosial yang berpusat pada kebebasan dan jati diri, harapan yang tak tercapai, dan perubahan

fisik, kognitif, dan sosial orang tua. Adanya konflik antara orang tua-remaja ini memungkinkan timbulnya kecemasan, baik bagi orang tua maupun remaja.

2) Otonomi dan keterikatan

Pada awal masa remaja, sebagian besar individu tidak mempunyai pengetahuan untuk membuat keputusan yang tepat atau dewasa pada semua sisi kehidupan. Hal ini bisa menimbulkan kecemasan bagi remaja. Bersamaan dengan mendesaknya remaja untuk mendapatkan otonomi, orang dewasa yang bijaksana melepaskan kendali di bidang mana remaja dapat membuat keputusan yang pantas dan terus mendampingi remaja pada bidang di mana pengetahuan remaja lebih terbatas. Secara bertahap, remaja akan memperoleh kemampuan untuk membuat keputusan yang dewasa sendiri.

Di sisi lain, keterikatan yang aman pada masa bayi merupakan pokok bagi perkembangan kecakapan sosial. Keterikatan yang aman diteorikan sebagai landasan penting bagi perkembangan psikologis berikutnya pada masa kanak-kanak, remaja, dan dewasa sedangkan keterikatan tak aman diteorikan berkaitan dengan kesulitan berhubungan dan masalah-masalah perkembangan selanjutnya.

Keterikatan pada orang tua selama masa remaja dapat memiliki fungsi adaptif untuk menyediakan dasar rasa aman di mana remaja dapat mengeksplorasi dan menguasai lingkungan baru serta dunia sosial yang makin luas dalam kondisi psikologi yang sehat secara psikologis (Santrock, 2003: 38-43). Keterikatan yang aman dengan orang tua dapat membantu remaja dari kecemasan dan kemungkinan perasaan tertekun atau ketegangan emosi yang berkaitan dengan transisi dari masa

kanak-kanak menuju dewasa. Keterikatan yang tidak aman dengan orang tua akan menimbulkan kecemasan dan perasaan tertekun pada diri remaja.

c) Teman sebaya

1) Fungsi kelompok teman sebaya

Teman sebaya adalah individu yang tingkat kematangan dan umurnya kurang lebih sama. Teman sebaya menyediakan sarana untuk perbandingan secara sosial dan sumber informasi tentang dunia di luar keluarga. Hubungan teman sebaya diperlukan untuk perkembangan sosial yang normal pada masa remaja. Ketidakmampuan remaja untuk “masuk” ke dalam suatu lingkungan sosial pada masa kanak-kanak atau masa remaja dihubungkan dengan berbagai masalah dan gangguan. Salah satunya menimbulkan kecemasan dan percaya diri pada remaja.

2) Popularitas, pengabaian, dan penolakan teman sebaya

Kemampuan mendengar, komunikasi yang efektif, menjadi diri sendiri, bahagia, menunjukkan antusias dan perhatian kepada orang lain, serta memiliki rasa percaya diri tapi tidak menjadi sombong, merupakan kriteria dari popularitas di antara teman sebaya. Remaja yang diabaikan mendapatkan perhatian yang sedikit dari teman sebaya mereka, sementara mereka yang ditolak tidak begitu disukai oleh teman sebaya mereka. Pada remaja yang ditolak akan berisiko terhadap masalah perkembangan mereka. Hal ini dapat menimbulkan kecemasan dan percaya diri pada remaja.

3) Kelompok remaja

Kelompok berfungsi untuk memenuhi kebutuhan pribadi remaja, memberikan penghargaan kepada mereka, memberikan informasi, menaikkan harga diri mereka dan memberikan identitas kepada mereka. Ada hal yang dipandang berperan penting dalam usaha remaja untuk mempertahankan harga diri dan perkembangan identitasnya, yaitu klik. Klik merupakan kelompok dengan jumlah yang lebih kecil, yang melibatkan keakraban yang lebih besar di antara anggota dan lebih kohesif daripada kerumunan, tetapi klik memiliki ukuran yang lebih besar dan tingkat keakraban yang rendah daripada persahabatan.

Remaja yang tidak memiliki kelompok tidak memiliki media untuk memenuhi kebutuhan pribadi mereka, untuk memberi penghargaan kepada mereka, untuk memberikan informasi, menaikkan harga diri mereka dan memberikan identitas kepada mereka. Hal ini memungkinkan timbulnya kecemasan pada diri remaja.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa seorang remaja pada dasarnya memiliki karakteristik-karakteristik perkembangan tertentu, di mana ada beberapa karakteristik yang dapat memungkinkan seorang remaja mengalami keemasan. Karakteristik-karakteristik tersebut, antara lain: pertama, perkembangan kognitif, di mana remaja mampu membayangkan situasi rekaan dan kejadian yang semata-mata berupa kemungkinan hipotesis ataupun proporsi abstrak, dan mengolahnya dengan pemikiran logis pada tahap ini. Bagi remaja yang belum mampu, dapat menimbulkan kecemasan di dalam dirinya.

Kedua, perkembangan sosial emosional, di mana pada tahap ini ada beberapa hal yang penting yang dapat menimbulkan kecemasan pada remaja, antara

lain: terjadi konflik antara orang tua-remaja, sebagian besar remaja tidak mempunyai pengetahuan untuk membuat keputusan yang tepat pada semua sisi kehidupan, dan adanya keterikatan yang tidak aman dengan orang tua. Selain itu, ketidakmampuan remaja untuk “masuk” ke dalam suatu lingkungan sosial pada masa kanak-kanak atau masa remaja dapat menimbulkan masalah dan gangguan, misalnya percaya diri. Remaja sering menganggap popularitas, pengabaian, dan penolakan teman sebaya,

merupakan hal yang penting, di mana penolakan akan berisiko terhadap masalah perkembangan mereka yaitu menimbulkan kecemasan pada remaja. Selain itu, remaja yang tidak memiliki kelompok tidak memiliki media untuk memenuhi kebutuhan pribadi mereka, untuk memberi penghargaan kepada mereka, memberikan informasi, menaikkan harga diri mereka dan memberikan identitas kepada mereka. Hal ini memungkinkan timbulnya kecemasan pada diri remaja.

D. Kelas Khusus Olahraga (KKO)

1. Pengertian Kelas Khusus Olahraga (KKO)

Pada hakekatnya Kelas Olahraga menurut Undang-Undang No. 3 Tahun 2005 pasal 25 ayat (6) adalah kelas khusus yang disediakan dalam satuan pendidikan untuk menampung para peserta didik yang berbakat dalam bidang olahraga tertentu. Kelas Khusus Olahraga sama dengan Kelas Reguler atau Kelas Umum dari segi beban belajar akademis, perbedaannya terletak pada pembinaan minat dan bakat. Kelas Khusus Olahraga adalah kelas khusus yang mendapat beban tambahan pembinaan minat dan bakat di bidang olahraga selama 10 s.d 16 jam pelajaran dalam seminggu dalam (Kemdiknas, 2010). Pendapat lain tentang Kelas

Khusus Olahraga (KKO) menurut Sumaryana (2015: 26) menjelaskan bahwa kelas khusus olahraga adalah kelas khusus yang memiliki peserta didik dengan bakat istimewa di bidang olahraga. Peserta didik mendapat layanan khusus dalam mengembangkan bakat istimewanya, dengan demikian peserta didik kelas khusus olahraga memiliki percepatan dalam hal pencapaian prestasi olahraga sesuai dengan bakat dan jenis olahraga yang ditekuninya.

Kelas khusus olahraga adalah kelas yang dibuat untuk peserta didik yang memiliki potensi istimewa olahraga dalam satuan pendidikan reguler pada jenjang pendidikan dasar dan menengah. Program tersebut didirikan oleh pemerintah dengan mengandung maksud dan tujuan: a) sebagai wadah pembinaan olahragawan pelajar yang potensial untuk prestasi di tingkat nasional maupun internasional, b) membina olahragawan yang memiliki dedikasi tinggi untuk mengharumkan nama bangsa dan negara, c) membina prestasi akademik olahragawan pelajar guna mendukung jaminan masa depan (Kep. Dirjen Diknaspora Depdikbud). Terbentuknya kebijakan tentang penyelenggaraan Kelas Khusus Olahraga (KKO) sejalan dengan undang-undang RI No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pasal 25 khususnya ayat 6 yang berbunyi: “untuk menumbuhkan kembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakan kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan”.

Berlandaskan kebijakan tersebut maka siswa yang mempunyai potensi dalam kegiatan olahraga berkesempatan untuk mengembangkan bakat olahraga di

sekolah melalui program kelas khusus olahraga (KKO), dengan tetap berpegang teguh pada tujuan pembelajaran sekolah dan tetap mengutamakan kegiatan akademis sekolah. Siswa yang masuk kelas khusus olahraga juga dapat disebut sebagai siswa atlet. Siswa atlet ini merupakan sebutan bagi seorang individu yang berstatus sebagai pelajar secara penuh dan berpartisipasi dalam kegiatan olahraga dengan ikut serta dalam pertandingan olahraga. Kelas khusus olahraga ini pada dasarnya sama dengan kelas reguler, hanya saja jalur masuknya yang berbeda karena kelas khusus olahraga dibuka sebagai bentuk kebijakan sekolah untuk memfasilitasi dan mendidik siswa yang berpotensi dalam bidang olahraga agar dapat memaksimalkan prestasinya dengan tidak mengabaikan atau menomorduakan prestasi akademis. Namun pada kenyataannya siswa atlet di kelas khusus olahraga mempunyai tingkat prestasi akademik yang rendah dibandingkan siswa reguler.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat diketahui bahwa kelas olahraga merupakan suatu model pembinaan olahraga bagi siswa di sekolah yang sama dengan Kelas Reguler/Kelas Umum dari segi beban belajar akademis, perbedaannya terletak pada pembinaan minat dan bakat dan mendapat beban tambahan pembinaan minat dan bakat di bidang olahraga selama 10 s.d 16 jam pelajaran dalam seminggu dalam bentuk ko-kurikuler bagi peserta didik yang memiliki bakat istimewa di bidang olahraga. Layanan khusus pengembangan bakat istimewa di bidang olahraga diberikan secara khusus dan proporsional sesuai dengan minat dan bakat istimewa yang dimiliki oleh peserta didik. Dengan model ini, tugas siswa dari anggota kelas olahraga yang paling utama adalah mengikuti

proses pembinaan olahraga, tetapi dengan tidak meninggalkan kewajiban mereka dalam bidang akademiknya.

2. Tujuan Kelas Khusus Olahraga (KKO)

Suatu program dipastikan mempunyai suatu tujuan yang ingin dicapai, tak terkecuali program kelas olahraga. Dalam Direktorat Jendral Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah (2010) tertuang tujuan dari kelas olahraga adalah:

- 1) Mengembangkan bakat dan minat siswa dalam bidang olahraga.
- 2) Meningkatkan mutu akademis dan prestasi olahraga.
- 3) Meningkatkan kemampuan berkopetensi secara seportif.
- 4) Meningkatkan kemampuan sekolah dalam pembinaan dan pengembangan kegiatan olahraga.
- 5) Meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani.
- 6) Meningkatkan mutu pendidikan sebagai bagian dari pembangunan karakter.

Pembinaan bagi siswa yang memiliki bakat minat serta prestasi di bidang olahraga ini dilakukan melalui program pembinaan Kelas Khusus Olahraga (KKO). Program ini diarahkan untuk penyaringan bibit unggul dan pembentukan siswa agar menjadi atlet yang berprestasi. UU No. 34 tahun 2006 menjelaskan secara terperinci tujuan dari pembinaan KKO sebagai berikut:

- 1) Mendapatkan peserta didik yang berhasil mencapai prestasi puncak di bidang ilmu pengetahuan dan teknologi, estetika dan atau olahraga, pada tingkat satuan pendidikan, kabupaten/kota, provinsi, nasional dan internasional,

- 2) Memotivasi sebanyak mungkin peserta didik pada umumnya untuk juga ikut bersaing mencapai prestasi optimal sesuai dengan potensi dan kekuatan masing-masing, sehingga pembinaan tersebut tidak hanya sekedar mampu menghasilkan peserta didik dengan prestasi puncak, tetapi juga dengan meningkatkan prestasi rata-rata peserta didik, dan,
- 3) Mengembangkan budaya masyarakat yang apresiatif terhadap prestasi di bidang pendidikan.

Kelas Khusus Olahraga tidak hanya sekedar menyalurkan minat dan bakat siswa dalam bidang olahraga, namun juga mendorong siswa untuk berprestasi di bidang olahraga. Seperti halnya tercantum dalam UU No. 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional, maka program Kelas Khusus Olahraga bukan hanya sekedar “Olahraga Pendidikan” yaitu pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian dari proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani, namun merupakan “Olahraga Prestasi” yakni olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Olahraga Prestasi inilah yang dijadikan sebagai landasan filosofis dalam penyelenggaraan program Kelas Khusus Olahraga. Sebagaimana hakekat dari olahraga prestasi, dalam hal ini yang dibina dan dikembangkan adalah olahragawan yaitu siswa Kelas Khusus Olahraga.

Pembinaan dan pengembangan tersebut tidak selalu dilaksanakan melalui klub atau sanggar olahraga, namun juga bisa melalui sekolah. Maksud dari

pengertian ini adalah bahwa klub atau sanggar bukanlah satu-satunya penyelenggara program kegiatan pembinaan dan pengembangan, namun pembinaan dan pengembangan juga bisa dilakukan melalui sekolah. Dengan demikian, bahwa sekolah juga merupakan tempat untuk membina dan mengembangkan olahragawan, sesuai dalam UU RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan Nasional pasal 25 ayat (6) yang berbunyi “Untuk menumbuh kembangkan prestasi olahraga di lembaga pendidikan, pada setiap jalur pendidikan dapat dibentuk unit kegiatan olahraga, kelas olahraga, pusat pembinaan dan pelatihan, sekolah olahraga, serta diselenggarakan kompetisi olahraga yang berjenjang dan berkelanjutan”.

Sasaran program Kelas Khusus Olahraga sebagaimana hakekat dari olahraga prestasi adalah siswa dari lulusan Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan sederajatnya yang memiliki bakat dan minat dalam bidang olahraga. Hal ini juga menjadi salah satu perbedaan antara Kelas Khusus Olahraga dengan kelas umum dimana kelas khusus memang harus mempunyai bakat olahraga, atau siswa yang memiliki prestasi di bidang olahraga. Meskipun demikian, perekrutan siswa tetap harus mempertimbangkan aspek akademik dimana nilai minimal harus tetap dipenuhi. Dengan kata lain, program Kelas Khusus Olahraga merupakan sistem yang teratur, tertata, dan ditawarkan sebagai program “Pembinaan Prestasi”. Asumsinya adalah untuk mencapai jenjang prestasi tinggi di perlukan sistem pembibitan yang bagus., tanpa pembibitan yang tersistem dengan baik maka tahap pencapaian prestasi tidak akan tercapai dengan baik. Sistem pembibitan yang baik adalah sistem yang mampu memberikan pondasi yang kuat untuk menuju tahap

selanjutnya yaitu spesialisasi yang selanjutnya secara berkelanjutan dibina menjadi prestasi tingkat tinggi.

E. Hakikat Sepakbola

1. Permainan Sepakbola

Sepakbola saat ini adalah cabang olahraga yang paling populer dan banyak penggemar di Indonesia bahkan di dunia. Sepakbola juga merupakan olahraga yang tidak mengenal kasta, semua orang boleh bermain sepakbola. Menurut pendapat Danny Mielke (2007: 10) Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Joseph A. Luxbacher (2012: 2) menyatakan bahwa pertandingan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang. Masing-masing tim mempertahankan gawang dan berusaha menjebol gawang lawan. Sementara itu Agus Salim (2008) menyatakan bahwa pada dasarnya sepakbola adalah olahraga yang memainkan bola dengan menggunakan kaki yang dilakukan dengan tangkas, sigap, cepat dan baik dalam mengontrol bola dengan tujuan untuk mencetak goal sebanyak-banyaknya ke gawang lawan sesuai dengan aturan yang ditetapkan dalam waktu 2x45 menit. Dengan demikian sepakbola dapat diartikan sebagai permainan beregu yang setiap regunya beranggotakan 11 pemain, dimana dalam proses memainkannya memerlukan kekuatan, keuletan, kecepatan, ketangkasan, daya tahan, keberanian, dan kerjasama tim yang dilakukan selama 2x45 menit dengan menggunakan teknik yang baik dan benar.

Agar pemain bola dapat bermain dengan baik, maka salah satu hal yang harus dimilikinya adalah teknik bermain sepakbola yang baik dan benar. Adapun

teknik dalam sepakbola meliputi teknik sepakbola tanpa bola dan teknik sepakbola dengan bola. Seorang pemain yang menguasai teknik dasar bermain sepakbola yang baik, tentu akan mampu bermain sepakbola dengan baik pula. Beberapa teknik dasar dengan bola yang perlu dimiliki pemain sepakbola adalah Menendang (kicking), Menghentikan atau Mengontrol (stopping), Menggiring (dribbling), Menyundul (heading), Merampas (tackling), Lemparan Kedalam (throw-in) dan Menjaga Gawang (Goal Keeping). Pada dasarnya teknik adalah kemampuan seorang pemain untuk melahirkan pola pikir ke dalam sebuah gerak yang efektif dan efisien, serta tidak melanggar peraturan permainan yang berlaku dan menjunjung tinggi sportivitas. Oleh karena itu, teknik dasar permainan harus benar-benar dikuasai terlebih dahulu agar dapat dikembangkan saat pertandingan sehingga pertandingan lancar dan teratur.

Selain teknik dalam bermain mental bertanding sangat diperlukan dalam diri seseorang, agar apa yang mereka miliki dapat keluar dalam pertandingan secara maksimal. Mental bertanding akan mempengaruhi psikologis seseorang apalagi pada usia remaja dalam sepakbola akan sangat berpengaruh terhadap performa seseorang. Banyak sekali faktor-faktor yang dapat mempengaruhi seseorang seperti kecemasan, motivasi, percaya diri, emosi diri. Dari beberapa faktor tersebut akan mempengaruhi seseorang dalam mengeluarkan kemampuan yang mereka miliki.

F. Penelitian yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Hardi Prasetyawan, Wahyu Nanda Eka Saputra. (2018) dengan judul “Profil Tingkat Percaya Diri Siswa SMK Muhammadiyah Kota Yogyakarta” Penelitian ini menggunakan jenis

penelitian deskriptif kuantitatif, Analisis data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan statistik diskriptif dengan teknik persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari studi pendahuluan awal menunjukkan bahwa 6,72% siswa memiliki percaya diri kategori sangat tinggi, 23,04% siswa memiliki percaya diri kategori tinggi, 33,6% siswa memiliki percaya diri kategori sedang, 21,12% siswa memiliki percaya diri kategori rendah, dan 7,68% siswa memiliki percaya diri kategori sangat rendah.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Siska Sudardjo & Esti Hayu Purnamaningsih, (2003) dengan judul “Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa” penelitian menghasilkan koefisien korelasi sebesar $-0,725$ dengan $p < 0,01$ yang berarti ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Berarti semakin tinggi kepercayaan diri, maka semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonalnya, begitu pula sebaliknya. Sementara dari uji t diperoleh hasil sebesar $-0,678$ dengan $p > 0,05$ yang berarti tidak ada perbedaan kecemasan komunikasi interpersonal yang signifikan antara subjek perempuan dan laki-laki.
3. Penelitian dari Nyak Amir (2012) dengan judul “Pengembangan Alat Ukur Kecemasan Olahraga”. Mempunyai tujuan untuk mengembangkan alat ukur yang memiliki validitas dan reabilitas yang baik yang digunakan adalah skala adaptasi dari Smith, Smoll, & Schutz (1990) yaitu skala kecemasan olahraga (*Sport Anxiety Scale, SAS*) Subyek dalam penelitian ini adalah 406 atlet sepakbola pemula di banda Aceh. Metode pengembangan yang

digunakan ada dua, yaitu; adaptasi instrument, dan pengumpulan butir baru bahwa melalui aitem pool dan *screening of aitem pool* (Q-short). Hasil dari penelitian ini adalah terdapat empat factor yang berupa 22 butir pertanyaan yang dapat digunakan untuk skala kecemasan.

G. Kerangka Berfikir

Seorang siswa pasti memiliki tingkat psikologis yang berbeda-beda, apalagi seseorang dihadapkan dalam suatu situasi yang menekan atau terdesak, dan dia harus siap menghadapinya apapun yang terjadi. Hal ini pasti akan mempengaruhi mental psikologis siswa baik di sekolah maupun di lingkungan.

Siswa KKO yang notabennya adalah seorang atlet juga pasti akan memiliki tingkat kecemasan yang berbeda-beda. Pasti ada batasan dimana rasa cemas siswa KKO akan naik dan turun, dalam menghadapi suatu pertandingan tingkat kecemasan siswa pasti akan meningkat bahkan tidak berpengaruh terhadap siswa KKO karena itu adalah bidang yang dia kuasai. Namun apabila seorang siswa KKO mengalami kecemasan yang berlebihan itu dapat mengganggu penampilan dalam bertanding. Hal ini disebabkan karena perhatian siswa yang terpecah-pecah sehingga siswa tersebut tidak fokus pada pertandingan.

Rasa cemas dapat terjadi pada siswa KKO dalam pertandingan misalnya, kecemasan timbul sebelum pertandingan berlangsung. atlet sebelum bertanding akan selalu berada dibawah pengaruh kecemasan yang disebabkan oleh lawan, penonton, pengaruh lingkungan sarana prasarana dan sebagainya. Seringkali atlet sudah membayangkan kegagalan dan melebih-lebihkan kemampuan lawan meskipun pertandingannya sebagai sesuatu yang sulit dilakukan dan tipis harapan

untuk berhasil. Rasa cemas akan ketidakmampuan dirinya menghadapi pertandingan dapat menyebabkan hambatan, sehingga sulit untuk mengembangkan kemampuan yang dimilikinya.

Begitu juga kepercayaan diri siswa KKO akan semakin terbentuk dengan adanya keyakinan diri dan tingkat kecemasan yang berkurang maka seorang siswa akan meningkat suatu kepercayaan dirinya. Dari situ pula segala aktifitas yang dilakukan dengan dasar rasa percaya diri yang kuat maka akan muncul kemampuan yang selama ini terpendam akibat rasa percaya diri seseorang yang kurang.

Berdasarkan hal tersebut penulis akan menindak lanjuti pada Siswa Kelas Khusus Olahraga (KKO) SMA Negeri 1 Seyegan untuk mengetahui bagaimana profil kecemasan dan percaya diri yang mereka miliki. Penulis akan menetapkan atlet Sepakbola sebagai responden dengan memberikan pertanyaan berupa angket yang didalamnya dijabarkan berbagai permasalahan berhubungan dengan kecemasan dan percaya diri. Semua tersebut akan dijadikan sebagai sumber data dalam penelitian.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2007: 147), penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Profil Kecemasan dan Percaya Diri Siswa Kelas Khusus Olahraga (KKO) Cabor Sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan angket.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di SMA Negeri 1 Seyegan, Daerah Istimewa Yogyakarta, yang beralamat Tegal Gentan, Margoagung, Seyegan, Sleman, Yogyakarta, 55561. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 13 bulan Mei 2019.

C. Definisi Operasional Variabel

Variabel dalam penelitian ini adalah karakter psikologi Siswa Kelas Khusus Olahraga (KKO) Cabor Sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan. Karakter psikologi dalam penelitian ini dibatasi pada kecemasan dan percaya diri. Definisi operasionalnya yaitu:

1. Kecemasan adalah pengalaman subyektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan yang dialami seseorang. Kecemasan ini meliputi perasaan cemas, tegang, emosi dan takut dalam pengambilan keputusan yang berdampak pada hasil keputusan yang diambil siswa.

2. Percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri Siswa Kelas Khusus Olahraga Cabor Sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan yang terbaik yang diukur menggunakan angket.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 1 Seyegan yang berjumlah 68 orang. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Arikunto, 2006: 76). Sampel yang digunakan adalah siswa cabor sepakbola kelas khusus olahraga SMA N 1 Seyegan yang berjumlah 24 siswa. Sugiyono (2007: 35) menyatakan bahwa sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *total sampling*.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Arikunto (2006: 89), menyatakan bahwa instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Arikunto (2006: 168), menyatakan bahwa angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Angket dalam penelitian ini adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian

rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda *check list* (✓) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat. Dalam angket ini disediakan empat alternatif jawaban, yaitu dapat dilihat pada tabel sebagai berikut;

Tabel 1. Alternatif Jawaban Angket

Alternatif Jawaban	Butir	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Ragu-ragu	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Kisi-kisi instrumen diadopsi dari penelitian Nyak Amir (2012) yang berjudul “Pengembangan Alat ukur Kecemasan Olahraga”. Metode pengembangan alat ukur ini dilakukan dengan dua kegiatan, yaitu: adaptasi instrumen, dan pengumpulan butir baru melalui item pool dan screening of item pool (Q-sort). Selanjutnya alat ukur ini diujicobakan melalui dua tahap, yakni uji coba tahap pertama dilakukan pada 406 atlet klub sepakbola pemula, dan uji coba tahap kedua dilakukan pada 1000 atlet klub sepakbola Provinsi Aceh. Data dianalisis melalui pembuktian validitas dan estimasi reliabilitas, bahwa keempat faktor memiliki koefisien reliabilitas antara 0,531 sampai dengan 0,856, yang dikategorikan cukup baik sampai baik. berdasarkan hasil pengolahan menunjukkan bahwa validitas berada pada kategori baik , dan reliabilitas skala kecemasan pada kategori cukup Adapun estimasi reliabilitas dengan menggunakan formula Alpha Cronbachmenunjukkan, bahwa keempat faktor memiliki koefisien reliabilitas dengan alpha antara antara 0,631 sampai dengan 0,823.Oleh sebab itu, instrumen

tersebut dinilai dapat memberikan hasil yang dapat dipercaya (andal), untuk selanjutnya melalui proses analisis faktor. dan skala kecemasan olahraga yang terdiri atas 4 faktor dan 22 butir pernyataan ini dapat dipakai untuk mengukur kecemasan olahraga.. Kisi-kisi instrumen sebagai berikut:

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen

Variabel	Faktor	Butir
Tingkat Kecemasan siswa Kelas Khusus Olahraga cabor sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan	Motorik	1,2,3,4,5,6,7,8,9
	Afektif	10,11,12
	Somatik	13,14,15,16,17,18,19
	Kognitif	20,21,22
Jumlah		22

(Sumber: Nyak Amir, 2012)

Kisi-kisi instrumen diadopsi dari penelitian Dyah Ardhini (2012) yang berjudul “hubungan motivasi berprestasi dan kepercayaan diri dengan prestasi belajar siswa kelas olahraga SMP Negeri 4 Purbalingga”. Instrumen tersebut telah divalidasi oleh dosen ahli yaitu Bapak Dr. Komarudin, M.A, dan telah dilakukan proses uji coba instrumen untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen tersebut. Kisi-kisi instrumen sebagai berikut:

Tabel 3. Kisi-kisi Instrumen Keyakinan Diri

Variabel	Faktor	Butir	
		Positif	Negatif
Tingkat percaya diri siswa sepakbola Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 1 Seyegan	Keyakinan pada kemampuan diri	1, 2, 3, 5, 7, 8	4, 6, 9
	Optimisme	11, 13, 14, 15, 17	10, 12, 16
	Objektif	18, 19, 22, 24	20, 21, 23, 25
	Konsekuensi	28, 31, 32, 33	26, 27, 29, 30
	Rasional dan realistis	34, 38, 40, 41	35, 36, 37, 39
Jumlah		41	

(Sumber: Dyah Ardini, 2012)

2. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan sebuah proses pengadaan data untuk keperluan penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket kepada responden yang menjadi subjek dalam penelitian. Adapun mekanismenya adalah sebagai berikut:

- a. Peneliti mencari data siswa Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 1 Seyegan Peneliti menentukan jumlah siswa Kelas Khusus Olahraga cabor sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan yang menjadi subjek penelitian.
- b. Peneliti melakukan pengambilan data selama 2 hari
- c. Pada hari pertama peneliti menyebarkan instrumen tes kepada responden pada saat di sela jam sekolah.
- d. Pada hari kedua peneliti menyebarkan instrument kepada responden pada saat latihan cabor.
- e. Selanjutnya peneliti mengumpulkan hasil dan melakukan transkrip atas hasil pengisian angket yang telah dibagikan.
- f. Setelah memperoleh data penelitian peneliti mengambil kesimpulan dan saran.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase. Dengan rumus sebagai berikut (Sudijono, 2009: 40):

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Pengkategorian menggunakan *Mean* dan *Standar Deviasi*. Menurut Azwar (2016: 163) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Norma Penelitian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

Keterangan:

M : nilai rata-rata (*mean*)

X : skor

SD : *standar deviasi*

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek dan Data Penelitian

Penelitian telah selesai dilaksanakan pada siswa KKO cabang olahraga sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan. Penelitian tersebut mengambil data dengan menggunakan angket yang diberikan kepada 24 siswa. Hasil lengkap data angket dapat dilihat pada lampiran.

Hasil pengambilan data dengan menggunakan angket yang diberikan kepada 24 siswa tersebut kemudian dianalisa yang meliputi analisis deskriptif statistik. Analisis deskriptif meliputi perhitungan nilai mean, median, modus, standar deviasi, dan kategorisasi siswa dalam tingkatan tinggi, sedang, dan rendah. Data tersebut kemudian dinyatakan dalam presentase yang disajikan dalam bentuk grafik jenis batang.

1. Deskripsi Data Tingkat Kecemasan

Data tingkat kecemasan dikumpulkan dengan menggunakan angket sudah divalidasi sebelumnya. Jumlah soal sah atau valid adalah sebanyak 22 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat lima pilihan jawaban dengan skor 1 sampai 5.

Hasil penelitian deskriptif statistik variabel tingkat kecemasan atlet sepakbola mendapatkan nilai *mean* sebesar 46,4, median 47, modus 47, standar deviasi 11,4, nilai minimum 22, dan nilai maksimum 71. Deskripsi statistik data tingkat kecemasan tersaji berikut.

Tabel 5. Deskripsi statistik Tingkat Kecemasan Siswa Cabor Sepakbola Kelas Khusus Olahraga

Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	46,4
<i>Median</i>	47
<i>Mode</i>	47
<i>Std. Deviation</i>	11,4
<i>Minimum</i>	22
<i>Maximum</i>	71

Berikut ini distribusi frekuensi kecemasan siswa KKO cabor sepakbola SMA N 1 Seyegan.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Siswa KKO cabor Sepakbola.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$63,5 < X$	Sangat Tinggi	2	8,33%
2	$52,1 < X \leq 63,5$	Tinggi	4	16,67%
3	$40,7 < X \leq 52,1$	Sedang	14	58,33%
4	$29,3 < X \leq 40,7$	Rendah	2	8,33%
5	$X \leq 29,3$	Sangat Rendah	2	8,33%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 6 di atas diketahui bahwa terdapat 8,33% (2) siswa yang memiliki tingkat kecemasan sangat tinggi, 16,67% (4) siswa memiliki kecemasan tinggi, 58,33% (14) siswa memiliki kecemasan sedang, 8,33% (2) siswa memiliki tingkat kecemasan yang rendah, dan 8,33% (2) siswa memiliki tingkat kecemasan sangat rendah. Mayoritas siswa KKO cabor sepakbola memiliki tingkat kecemasan yang sedang.

Rincian mengenai kecemasan berdasarkan faktor motorik, afketif, somatik, dan kognitif sebagai berikut:

a. Faktor Motorik

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang tingkat kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor motorik didapat skor terendah (*minimum*) 9, skor tertinggi (*maksimum*) 27, rerata (*mean*) 18, nilai tengah (*median*) 18, nilai yang sering muncul (*mode*) 18, *standar deviasi* (SD) 4.5. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Deskriptif Statistik Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Motorik

Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	18
<i>Median</i>	18
<i>Mode</i>	18
<i>Std. Deviation</i>	4,5
<i>Minimum</i>	9
<i>Maximum</i>	27

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor motorik disajikan pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Norma Penilaian Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Motorik

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$25,05 < X$	Sangat Tinggi	1	4,17%
2	$20,55 < X \leq 25,05$	Tinggi	2	8,33%
3	$16,05 < X \leq 20,55$	Cukup	14	58,33%
4	$11,55 < X \leq 16,05$	Rendah	4	16,67%
5	$X \leq 11,55$	Sangat Rendah	3	12,50%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 8 di atas menunjukkan bahwa kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor motorik sebesar 12,50% pada kategori “sangat tinggi”, 16,67% “tinggi”, 58,33% “sedang”, sebesar 8,33% pada kategori “rendah” dan 4,17% “sangat rendah”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 27,61, kecemasan berdasarkan faktor motorik dalam kategori “sedang”.

b. Faktor Afektif

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan. berdasarkan faktor afektif didapat skor terendah (*minimum*) 2, skor tertinggi (*maksimum*) 7, rerata (*mean*) 4, nilai tengah (*median*) 4, nilai yang sering muncul (*mode*) 4, *standar deviasi* (SD) 1,3. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Deskriptif Statistik Kecemasan Berdasarkan Faktor Afektif

Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	4
<i>Median</i>	4
<i>Mode</i>	4
<i>Std. Deviation</i>	1,3
<i>Minimum</i>	2
<i>Maximum</i>	7

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor afektif disajikan pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Norma Penilaian Kecemasan Berdasarkan Faktor Afektif

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$5,95 < X$	Sangat Tinggi	1	4,17%
2	$4,65 < X \leq 5,95$	Tinggi	2	8,33%
3	$3,25 < X \leq 4,65$	Cukup	15	62,50%
4	$2,05 < X \leq 3,25$	Rendah	2	8,33%
5	$X \leq 2,05$	Sangat Rendah	4	16,67%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 10 di atas menunjukkan bahwa kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor afektif sebesar 4,17% pada kategori “sangat tinggi”, 8,33% “tinggi”, 62,50% “sedang”, sebesar 8,33% pada kategori “rendah” dan 16,67% “sangat rendah”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 4, kecemasan berdasarkan faktor afektif dalam kategori “sedang”.

c. Faktor Somatik

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor somatik didapat skor terendah (*minimum*) 7, skor tertinggi (*maksimum*) 24, rerata (*mean*) 14, nilai tengah (*median*) 14, nilai yang sering muncul (*mode*) 14, *standar deviasi* (SD) 4,5. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Deskriptif Statistik Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Somatik

Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	14
<i>Median</i>	14
<i>Mode</i>	14
<i>Std. Deviation</i>	4,5
<i>Minimum</i>	7
<i>Maximum</i>	24

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor somatik disajikan pada tabel 12 sebagai berikut:

Tabel 12. Norma Penilaian Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Somatik

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$20,75 < X$	Sangat Tinggi	3	12,50%
2	$16,25 < X \leq 20,75$	Tinggi	1	4,17%
3	$11,75 < X \leq 16,25$	Sedang	14	58,33%
4	$7,25 < X \leq 11,75$	Rendah	4	16,67%
5	$X \leq 7,25$	Sangat Rendah	2	8,33%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 12 di atas menunjukkan bahwa kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor somatik sebesar 12,50% pada kategori “sangat tinggi”, 4,17% “tinggi”, 58,33% “sedang”, sebesar 16,67% pada kategori “rendah” dan 8,33% “sangat rendah”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 14, kecemasan berdasarkan faktor motorik dalam kategori “sedang”.

d. Faktor Kognitif

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor kognitif didapat skor terendah (*minimum*) 3, skor tertinggi (*maksimum*) 14, rerata (*mean*) 7,9, nilai tengah (*median*) 8, nilai yang sering muncul (*mode*) 8, *standar deviasi* (SD) 2,4. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 13 sebagai berikut:

Tabel 13. Deskriptif Statistik Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Kognitif

Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	7,9
<i>Median</i>	8
<i>Mode</i>	8
<i>Std. Deviation</i>	2,4
<i>Minimum</i>	3
<i>Maximum</i>	14

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor kognitif disajikan pada tabel 14 sebagai berikut:

Tabel 14. Norma Penilaian Tingkat Kecemasan Berdasarkan Faktor Kognitif

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$11,50 < X$	Sangat Tinggi	2	8,33%
2	$9,10 < X \leq 11,50$	Tinggi	2	8,33%
3	$6,70 < X \leq 9,10$	Sedang	11	45,83%
4	$4,30 < X \leq 6,70$	Rendah	7	29,17%
5	$X \leq 4,30$	Sangat Rendah	2	8,33%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 14 di atas menunjukkan bahwa kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor kognitif sebesar 8,33% pada kategori “sangat tinggi”, 8,33% “tinggi”, 45,83% “sedang”, sebesar 29,17% pada kategori “rendah” dan 8,33% “sangat rendah”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 7,9, kecemasan berdasarkan faktor kognitif dalam kategori “sedang”.

2. Deskripsi Data Tingkat Percaya Diri

Hasil penelitian deskriptif statistik variabel tingkat percaya diri siswa KKO cabang sepakbola mendapatkan nilai *mean* sebesar 146, median 147, modus 162, standar deviasi 10,3, nilai minimum 118, dan nilai maksimum 165. Deskripsi statistik data tingkat percaya diri tersaji sebagai berikut.

Tabel 15. Deskripsi statistik Tingkat Percaya diri atlet sepakbola kelas khusus olahraga

Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	146
<i>Median</i>	147
<i>Mode</i>	162
<i>Std. Deviation</i>	10,3
<i>Minimum</i>	118
<i>Maximum</i>	165

Berikut ini distribusi frekuensi percaya diri siswa KKO cabang sepakbola SMA N 1 Seyegan.

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tingkat Percaya Diri Siswa KKO cabor Sepakbola.

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$161,45 < X$	Sangat Tinggi	5	20,83%
2	$151,15 < X \leq 161,45$	Tinggi	4	16,67%
3	$140,85 < X \leq 151,15$	Sedang	8	33,33%
4	$130,55 < X \leq 140,85$	Rendah	3	12,50%
5	$X \leq 130,55$	Sangat Rendah	4	16,67%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 16 di atas menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabor sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan 20,83% pada kategori “sangat tinggi”, 16,67% “tinggi”, 33,33% “sedang”, 12,50% “rendah”, 16,67% “sangat Rendah”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 127,89, dalam kategori “sedang”.

Rincian mengenai kepercayaan diri berdasarkan faktor keyakinan pada kemampuan diri, optimisme, objektif, konsekuen, dan rasional dan realistis sebagai berikut:

a. Faktor Keyakinan pada Kemampuan Diri

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kepercayaan diri peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabor sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor keyakinan pada kemampuan diri didapat skor terendah (*minimum*) 24, skor tertinggi (*maksimum*) 41, rerata (*mean*) 34,79, nilai tengah (*median*) 35, nilai yang sering muncul (*mode*) 35, standar deviasi (SD) 4,22. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 17 sebagai berikut:

Tabel 17. Deskriptif Statistik Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Keyakinan pada Kemampuan Diri

Statistik	
<i>N</i>	18
<i>Mean</i>	28.67
<i>Median</i>	30.00
<i>Mode</i>	26.00
<i>Std,Deviation</i>	4.46
<i>Minimum</i>	20.00
<i>Maximum</i>	34.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor keyakinan pada kemampuan diri disajikan pada tabel 18 sebagai berikut:

Tabel 18. Norma Penilaian Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Keyakinan pada Kemampuan Diri

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$40,33 < X$	Sangat Tinggi	2	8,33%
2	$36,9 < X \leq 40,33$	Tinggi	8	33,33%
3	$32,68 < X \leq 36,9$	Sedang	8	33,33%
4	$28,46 < X \leq 32,68$	Rendah	4	16,67%
5	$X \leq 28,46$	Sangat Rendah	2	8,33%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 18 di atas menunjukkan bahwa kepercayaan diri peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor keyakinan pada kemampuan diri sebesar 8,33% berada pada kategori sangat “tinggi”, 33,33% “tinggi”, 33,33% “sedang”, 16,67% “rendah”, dan 8,33% “sangat rendah”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 28,67, kepercayaan diri berdasarkan faktor keyakinan pada kemampuan diri dalam kategori “sedang”.

b. Faktor Optimisme

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor optimisme didapat skor terendah (*minimum*) 19, skor tertinggi (*maksimum*) 38, rerata (*mean*) 30,29, nilai tengah (*median*) 31, nilai yang sering muncul (*mode*) 31, *standar deviasi* (SD) 4,59. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 19 sebagai berikut:

Tabel 19. Deskriptif Statistik Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Optimisme

Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	30,29
<i>Median</i>	31
<i>Mode</i>	31
<i>Std. Deviation</i>	4,59
<i>Minimum</i>	19
<i>Maximum</i>	38

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor optimisme disajikan pada tabel 20 sebagai berikut:

Tabel 20. Norma Penilaian Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Optimisme

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$37,18 < X$	Sangat Tinggi	1	4,17%
2	$32,59 < X \leq 37,18$	Tinggi	7	29,17%
3	$28 < X \leq 32,59$	Cukup	9	37,50%
4	$23,41 < X \leq 28$	Rendah	5	20,83%
5	$X \leq 23,41$	Sangat Rendah	2	8,33%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 20 di atas menunjukkan bahwa kepercayaan diri peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor optimisme sebesar 4,17% berada pada kategori sangat “tinggi”, 29,17% “tinggi”, 37,50% “sedang”, 20,83% “rendah”, dan 8,33% “sangat rendah”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 26,62, kepercayaan diri berdasarkan faktor optimisme dalam kategori “sedang”.

c. Faktor Objektif

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor objektif didapat skor terendah (*minimum*) 20, skor tertinggi (*maksimum*) 30, rerata (*mean*) 24,38, nilai tengah (*median*) 24, nilai yang sering muncul (*mode*) 24, standar deviasi (SD) 2,30. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 21 sebagai berikut:

Tabel 21. Deskriptif Statistik Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Objektif

Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	24,38
<i>Median</i>	24
<i>Mode</i>	24
<i>Std. Deviation</i>	2,30
<i>Minimum</i>	20
<i>Maximum</i>	30

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor objektif disajikan pada tabel 22 sebagai berikut:

Tabel 22. Norma Penilaian Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Objektif

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$27,83 < X$	Sangat Tinggi	1	4,17%
2	$25,53 < X \leq 27,83$	Tinggi	6	25,00%
3	$23,23 < X \leq 25,53$	Cukup	9	37,50%
4	$20,93 < X \leq 23,23$	Rendah	7	29,17%
5	$X \leq 20,93$	Sangat Rendah	1	4,17%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 22 di atas menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor objektif 4,17% pada kategori “sangat tinggi”, 25,00% “tinggi”, 37,50% “sedang”, 29,17% “rendah”, 4,17% “sangat rendah”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 24,38, kepercayaan diri berdasarkan faktor objektif dalam kategori “sedang”.

d. Faktor Konsekuen

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor konsekuen didapat skor terendah (*minimum*) 22, skor tertinggi (*maksimum*) 37, rerata (*mean*) 29,21, nilai tengah (*median*) 29,5, nilai yang sering muncul (*mode*) 24, standar deviasi (SD) 4,08. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 23 sebagai berikut:

Tabel 23. Deskriptif Statistik Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Konsekuen

Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	29,21
<i>Median</i>	29,5
<i>Mode</i>	24
<i>Std. Deviation</i>	4,08
<i>Minimum</i>	22
<i>Maximum</i>	37

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor konsekuen disajikan pada tabel 24 sebagai berikut:

Tabel 24. Norma Penilaian Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Konsekuen

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$35,33 < X$	Sangat Tinggi	1	4,17%
2	$31,25 < X \leq 35,33$	Tinggi	8	33,33%
3	$27,17 < X \leq 31,25$	Cukup	7	29,17%
4	$23,09 < X \leq 27,17$	Rendah	7	29,17%
5	$X \leq 23,09$	Sangat Rendah	1	4,17%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 24 di atas menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor konsekuen 4,17% pada kategori “sangat tinggi”, 33,33% “tinggi”, 29,17% “sedang”, 29,17% “rendah”, 4,17% “sangat rendah” Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 29,21, kepercayaan diri berdasarkan faktor konsekuen dalam kategori “tinggi”.

e. Faktor Rasional dan Realistis

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor rasional dan realistis didapat skor terendah (*minimum*) 22, skor tertinggi (*maksimum*) 35, rerata (*mean*) 27,75, nilai tengah (*median*) 27,5, nilai yang sering muncul (*mode*) 27, *standar deviasi* (SD) 2,94. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 25 sebagai berikut:

Tabel 25. Deskriptif Statistik Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Rasional dan Realistis

Statistik	
<i>N</i>	24
<i>Mean</i>	27,75
<i>Median</i>	27,5
<i>Mode</i>	27
<i>Std. Deviation</i>	2,94
<i>Minimum</i>	22
<i>Maximum</i>	35

Apabila ditampilkan dalam bentuk norma penilaian, kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor rasional dan realistis disajikan pada tabel 26 sebagai berikut:

Tabel 26. Norma Penilaian Tingkat Kepercayaan Diri Berdasarkan Faktor Rasional dan Realistis

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$32,16 < X$	Sangat Tinggi	2	8,33%
2	$29,22 < X \leq 32,16$	Tinggi	2	8,33%
3	$26,28 < X \leq 29,22$	Cukup	13	54,17%
4	$23,34 < X \leq 26,28$	Rendah	6	25,00%
5	$X \leq 23,34$	Sangat Rendah	1	4,17%
Jumlah			24	100%

Berdasarkan tabel 26 di atas menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor rasional dan realistis 8,33% berada pada kategori “sangat tinggi”, 8,33% “rendah”, 54,17% “sedang”, 25,00% “rendah”, 4,17% “sangat Rendah” Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 27,75, kepercayaan diri berdasarkan faktor rasional dan realistis dalam kategori “sedang”.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat psikologi siswa kelas khusus olahraga (KKO) cabang sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan. Tingkat psikologi dalam penelitian ini dibatasi pada kecemasan dan percaya diri peserta didik kelas khusus olahraga SMA Negeri 1 Seyegan. Hasil penelitian dijelaskan sebagai berikut:

1. Kecemasan

Kecemasan pada dasarnya adalah perasaan yang sering dialami seseorang dalam hal ini atlet, dapat menimbulkan tekanan emosi meliputi; kegelisahan, kekhawatiran, dan ketakutan terhadap sesuatu yang tidak jelas yang terjadi pada waktu tertentu, misalnya saat menghadapi suatu pertandingan.

Berdasarkan hasil analisis tingkat kecemasan siswa KKO cabang sepakbola secara faktor maka dapat diketahui:

a. Faktor motorik

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor motorik sebesar 4,17% berada pada kategori “sangat

rendah”, sebesar 8,33% pada kategori “rendah”, 58,33% pada kategori “sedang”, 16,67% pada kategori “tinggi”, dan 12,50% pada kategori “sangat tinggi”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 27,61, kecemasan berdasarkan faktor motorik dalam kategori “sedang”.

b. Faktor afektif

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor afektif sebesar 16,67% berada pada kategori “sangat rendah”, 8,33% pada kategori “rendah”, 62,50% pada kategori “sedang”, 8,33% pada kategori “tinggi”, dan 4,17% pada kategori “sangat tinggi”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 4 kecemasan berdasarkan faktor afektif dalam kategori “sedang”.

c. Faktor somatik

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor somatik sebesar 12,50% berada pada kategori “sangat rendah”, 4,17% pada kategori “rendah”, 58,33% pada kategori “sedang”, 4,17% pada kategori “tinggi”, dan 12,50% pada kategori “sangat tinggi”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 14, kecemasan berdasarkan faktor somatik dalam kategori “sedang”.

d. Faktor kognitif

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor kognitif sebesar 8,33% berada pada kategori “sangat rendah”, 29,17% pada kategori “rendah”, 45,83% pada kategori “cukup”, 8,33% pada kategori “tinggi” dan 8,33% pada kategori “sangat tinggi”. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 7,9, kecemasan berdasarkan faktor kognitif dalam kategori “sedang”.

Berdasarkan hasil analisis tingkat kecemasan siswa KKO cabor sepakbola secara keseluruhan diketahui bahwa terdapat 8,3% yang memiliki tingkat kecemasan sangat tinggi, 16,7% memiliki kecemasan tinggi, 58,4% memiliki kecemasan sedang, 8,3% memiliki tingkat kecemasan yang rendah, dan 8,3% memiliki tingkat kecemasan sangat rendah.

Dari hasil yang telah diperoleh, dapat diartikan bahwa mayoritas siswa KKO cabor sepakbola memiliki tingkat kecemasan yang “Sedang”. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian siswa kelas khusus olahraga (KKO) cabor sepakbola SMA Negeri 1 seyegan perlu meningkatkan porsi latihan mental agar mencapai kondisi mental yang lebih baik.

2. Percaya Diri

Percaya diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang untuk melakukan suatu kegiatan atau tindakan yang bersumber dari gagasannya untuk mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Percaya diri dibagi dalam beberapa faktor dengan hasil sebagai berikut:

- a. Keyakinan pada kemampuan diri

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor keyakinan pada kemampuan diri berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 8,33% , “rendah” sebesar 16,67%, “sedang” sebesar 33,33% , “tinggi” sebesar 33,33% dan “sangat tinggi” sebesar 8,33%. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 28,67, kepercayaan diri berdasarkan faktor keyakinan pada kemampuan diri dalam kategori “sedang”.

b. Optimisme

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor optimisme berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 8,33% , “rendah” sebesar 20,83% , “sedang” sebesar 37,50%, “tinggi” sebesar 29,17% dan “sangat tinggi” sebesar 4,17%. Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 26,62, kepercayaan diri berdasarkan faktor optimisme dalam kategori “sedang”.

c. Objektif

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor objektif berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,17% , “rendah” sebesar 29,17% , “cukup” sebesar 37,50% , “tinggi” sebesar 25,00% , dan “sangat tinggi” sebesar 4,17% . Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 24,38, kepercayaan diri berdasarkan faktor objektif dalam kategori “sedang”.

d. Konsekuen

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor konsekuensi berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,17% , “rendah” sebesar 29,17% , “sedang” sebesar 29,17% , “tinggi” sebesar 33,33% , dan “sangat tinggi” sebesar 4,17% . Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 29,21, kepercayaan diri berdasarkan faktor konsekuensi dalam kategori “tinggi”.

e. Rasional dan realistis

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan berdasarkan faktor rasional dan realistis berada pada kategori “sangat rendah” sebesar 4,17% , “rendah” sebesar 25,00% , “sedang” sebesar 54,17% , “tinggi” sebesar 8,33% , dan “sangat tinggi” sebesar 8,33% . Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 27,75, kepercayaan diri berdasarkan faktor rasional dan realistis dalam kategori “sedang”.

Berdasarkan hasil analisis, didapatkan hasil bahwa tingkat percaya diri siswa KKO cabang sepakbola di SMA N 1 Seyegan kategori “sangat rendah” sebesar 16,67% , “rendah” sebesar 12,50% , “sedang” sebesar 33,33% , “tinggi” sebesar 16,67% , dan “sangat tinggi” sebesar 20,83% . Mayoritas siswa KKO cabang sepakbola memiliki tingkat percaya diri yang sedang. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hardi Prasetiawan, Wahyu Nanda Eka Saputra (2018) yang menunjukkan bahwa tingkat percaya diri siswa berada pada kategori “sedang”.

Tingginya tingkat kecemasan dan kurangnya percaya diri siswa membuat siswa menjadi tidak dapat maksimal dalam menghadapi pertandingan. Faktor-faktor yang dapat menekan tingkat kecemasan dan percaya diri siswa KKO dapat digunakan sebagai masukan bagi pihak lain untuk mengurangi tingginya tingkat kecemasan dan meningkatkan percaya diri yang dialami oleh siswa menjelang dilangsungkannya pertandingan, sehingga dapat dibentuk siswa KKO yang kuat secara mental serta memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dideskripsikan bahwa:

1. Tingkat kecemasan siswa kelas khusus olahraga (KKO) cabang sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan dengan persentase sebesar 58,3%, termasuk dalam kategori “sedang”.
2. Sedangkan tingkat percaya diri peserta didik kelas khusus olahraga (KKO) cabang sepakbola SMA Negeri 1 Seyegan dengan persentase sebesar 33,3%, termasuk pada kategori “sedang”.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Guru dan pihak sekolah dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk mengetahui cara mengurangi kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan dengan memperbaiki faktor-faktor yang kurang.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan yang bermanfaat bagi peserta didik Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola di SMA Negeri 1 Seyegan supaya lebih meningkatkan kepercayaan diri dan mengurangi tingkat kecemasan.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, saran relevan yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi peneliti Perlu adanya penelitian yang sejenis dengan variabel yang lebih kompleks sehingga tidak hanya mengetahui tingkat kecemasan dan percaya diri saja. Untuk melengkapi penelitian yang sejenis sebaiknya menambahkan faktor-faktor yang lainnya.
2. Bagi peneliti selanjutnya agar lebih mengawasi saat siswa mengisi data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono. (2006). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT.Raja GrafindoPersada.
- Angelis, B. (2005). *Confidence-percaya diri sumber sukses dan kemandirian*. (Terjemahan: Baty Subakti). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Atkinson, R.L. (1993). *Pengantar psikologi*. Jakarta: Erlangga.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Cox, R. H. (2002). *Sport psychology, (5th ed)* New York: The McGraw-Hill Company, Inc.
- Desi Susiani. (2009). *Profil Fisik Atlet Taekwondo Sleman pada Porprof DIY 2009*. Skripsi. Yogyakarta: FIK UNY.
- Deswita. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung. Remaja Rosdakarya.
- Direktorat PSLB. (2010). *Pedoman penyelenggaraan pendidikan khusus siswa bakat istimewa (bi) olahraga*. Jakarta: Dikti.
- Dyah Ardhini. (2012). *Hubungan motivasi berprestasi dan keyakinan diri dengan prestasi belajar siswa kelas olahraga SMP Negeri 4 Purbalingga*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Fagan. 2006. *Psikologi Remaja*. PT Gramedia. Jakarta.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. S. (2010). *Teori-teori psikologi. Cetakan i*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Singgih, D. Gunarsa. (1989). *Pengantar Psikologi*. Jakarta: PT Gunung Mulia
- _____. (2008). *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: PT Gunung Mulia
- _____. (2008). *Psikologis olahraga prestasi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Harsono. (1998). *Coaching dan aspek-aspek Psikologis dalam Coaching Departemen Pendidikan dan Kebudayaan*. Jakarta: Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan dan Kebudayaan. Jakarta: Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan dan Kebudayaan
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga. (teori dan metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Haruman. (2013). *Pengaruh terapi musik terhadap penurunan kecemasan atlet anggar sebelum menghadapi pertandingan*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Hurlock, E.B. (2000). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang*

- Rentang Kehidupan* (Ed. Kelima). Jakarta: Erlangga.
- Husdarta, H.J.S. (2011). *Psikologi olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Husdarta. (2014). *Psikologi Olahraga*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Kemendiknas. (2010). *Panduan pelaksanaan program kelas olahraga SMP negeri dan swasta tahun 2010*. Jakarta: Direktorat Jendral Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Kholil Lur Rohman.(2010).*kesehatan mental*. Purwokerto: Fajar Media Press.
- Komarudin. (2013). *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT REMAJA ROSDAKARYA.
- _____. (2015). *Psikologi olahraga latihan keterampilan mental dalam olahraga kompetitif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Kushartati, A. (2009). Perilaku Menyontek Ditinjau dari Kepercayaan Diri. Jurnal Ilmiah Universitas Muhammadiyah Surakarta. Volume 11. Nomer 2. Diunduh melalui https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bistream/handle/11617/1451/5Anugrahening_Volume%202%20November%202009.pdf?sequece=1&Allowed=y pada tanggal 24 juni 2019.
- Luxbacher, Joseph A. (2004). *Sepakbola*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Bandung: Pakar Raya.
- Mustari , M. (2014). Nilai Karakter Refleksi untuk Pendidikan. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Nevid,J,S.,Rathus,S.A,Green,B.(2005)*Psikologi abnormal*. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Nyak Amir. (2012). Pengembangan alat ukur kecemasan olahraga. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, Tahun 16, Nomor 1, 2012.
- Santrock, J.W. (2002). *Life Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (Jil. 2). Jakarta: Erlangga.
- Satiadarma, M.P. (2000). *Dasar-dasar psikologi olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Setyobroto, S. (2002). *Psikologi olahraga*. Jakarta: PT. Anem Kosong Anem.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfa Beta.
- Sumaryana. (2015). *Perbedaan prestasi belajar siswa kelas khusus olahraga dengan siswa kelas reguler SMP Negeri 2 Tempel tahun ajaran 2014/2015*. Skripsi, sarjana tidak diterbitkan. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Sri Mulyani. (1983). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: IKIP Jakarta Press.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Data siswa

No.	Nama	TTL	Kelas	L/P
1.	Alfian	1-07-2002	X IPS 4	L
2.	Rio Pandu	25-08-2002	XI IPS 3	L
3.	Kristoforus	16-06-2002	XI IPS 3	L
4.	Aldila Ilham P	29-03-2002	XI IPS 3	L
5.	Denny Ahmad	31-03-2002	XI IPS 3	L
6.	Rakamas	8-05-2002	XI IPS 3	L
7.	David Kurniawan	10-03-2002	XI IPS 3	L
8.	Johanes Barra	21-01-2002	XI IPS 3	L
9.	Widi Aryanto	26-04-2002	XI IPS 3	L
10.	Deka Danu Q	30-01-2003	X IPS 4	L
11.	Muhammad Fito P	20-10-2002	XI IPS 3	L
12.	Raihan Alfi	15-03-2003	X IPS 4	L
13.	Rafii Irawanta	20-03-2002	X IPS 4	L
14.	Hafidz Reza F	20-04-2003	X IPS 4	L
15.	Agus Saputra	14-08-2001	XI IPS 3	L
16.	Deny Pangestu	04-01-2001	XI IPS 3	L
17.	Andrean Natanael	01-07-2002	XI IPS 3	L
18.	Tion Seko	8-01-2002	XI IPS 3	L
19.	Wahyu Anggoro	5-03-2002	XI IPS 3	L
20.	Wahyu Arya	25-12-2002	X IPS 4	L
21.	R. Wintang	17-09-2002	X IPS 4	L
22.	Riflan Arfri	4-09-2002	X IPS 4	L
23.	Andi Raffa	5-06-2002	X IPS 4	L
24.	Dedi kurniawan	11-03-2002	XI IPS 3	L

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dari Fakultas



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psu: 282, 299, 291, 541

Nomor: 04.30/UN.34.16/PP/2019.

11 April 2019

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.
Kepala SMA Negeri 1 Seyegan
di Tempat.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Moch Bismo Ramadhansyah Putra
NIM : 14601241042
Program Studi : PJKR
Dosen Pembimbing : Komarudin, M.A.
NIP : 197409282003121002
Penelitian akan dilaksanakan pada :
Waktu : 15 April s/d 10 Mei 2019
Tempat : SMA N 1 Seyegan
Judul Skripsi : Profil Kesamaan dan Percaya diri Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga SMA N 1 Seyegan.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Dekan,

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kaprodi PJKR.
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Pemereintah



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Kepatihan Danurejan Yogyakarta Telepon (0274) 562811 Faximili (0274) 588613
Website : jogjapro.go.id Email : santel@jogjapro.go.id Kode Pos 55213

Yogyakarta, 19 Februari 2019

Kepada Yth. :

1. Kepala Instansi Vertikal se-DIY
2. Kepala Dinas/Badan/Kantor di lingkup DIY
3. Bupati/Walikota se-DIY
4. Rektor PTN/PTS se-DIY

Di Tempat

SURAT EDARAN

NOMOR: 070/01218

TENTANG

PENERBITAN SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Berdasarkan Peraturan Menteri Dalam Negeri No.3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian maka disampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Bahwa untuk tertib administrasi dan pengendalian pelaksanaan penelitian dalam rangka kewaspadaan dini perlu dikeluarkan Surat Keterangan Penelitian (SKP) sehingga produk yang dikeluarkan bukan Surat Rekomendasi Penelitian melainkan Surat Keterangan Penelitian;
2. Penelitian yang dilakukan dalam rangka tugas akhir pendidikan/sekolah dari tempat pendidikan/sekolah di dalam negeri dan penelitian yang dilakukan instansi pemerintah yang sumber pendanaan penelitiannya bersumber dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara/Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah tidak perlu menggunakan Surat Keterangan Penelitian.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu/Saudara berkenan memperbanyak dan mensosialisasikan kepada pejabat dan pegawai di lingkungan kerja Bapak/Ibu/Saudara serta membantu menyebarluaskan kepada masyarakat umum. Atas perhatiannya, kami ucapkan terimakasih.

Ditetapkan di Yogyakarta
Pada tanggal

a.n. GUBERNUR
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIS DAERAH



Gatot Saptadi
NIB. 185909021988031003

Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah



PEMERINTAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAHRAGA
SMA NEGERI 1 SEYEGAN
Tegal Gentan, Margoagung, Seyegan, Sleman, Yogyakarta, 55561
Telepon (0274) 4364733, Faksimile (0274) 4364742
Website : www.sman1seyegan.sch.id, Email : sman1_seyegan@yahoo.co.id.

SURAT KETERANGAN
Nomor : 421/212

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

- | | |
|-----------------|----------------------------|
| a. Nama | : Drs. Aris Sutardi, M.Sc. |
| b. NIP | : 19640128 199003 1 003 |
| c. Pangkat, Gol | : Pembina, IV/a |
| d. Jabatan | : Kepala Sekolah |
| e. Unit Kerja | : SMA Negeri 1 Seyegan |

dengan ini menerangkan bahwa:

- | | |
|------------------|---|
| a. Nama | : MOCH. BISMO RAMADHANSYAH PUTRA |
| b. NIM | : 15601241042 |
| c. Prodi/Jurusan | : PJKR |
| d. Fakultas | : Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta |

benar-benar melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Seyegan pada tanggal 8 Mei 2019 dengan judul "PROFIL KECEMASAN DAN PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA SMA N 1 SEYEGAN".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.



Lampiran 5. Angket

Nomor	:		Tanggal pengisian	:	
Nama	:		Tanggal lahir	:	
Sekolah	:		Usia	:	
Kelas	:				

Petunjuk :

Pernyataan-pernyataan berikut berkaitan dengan pendapat anda terhadap diri sendiri.

Bacalah baik-baik setiap pernyataan.

Pilihlah jawaban yang paling mendekati dengan kondisi diri anda sendiri.

Berilah tanda centang (v) pada kolom yang sesuai.

Tidak ada jawaban “benar” atau ”salah”

Keterangan:

Sangat tidak setuju (STS); Tidak Setuju (TS); Ragu-ragu (R); Setuju (S); Sangat Setuju (SS)

Saya melihat diri saya sebagai orang yang....

No.	PERTANYAAN	STS	TS	R	S	SS
1.	Jantung saya berdebar-debar keras saat menghadapi pertandingan.					
2.	Tubuh saya kaku saat menghadapi pertandingan.					
3.	Pikiran pikiran negative mengganggu konsentrasi saya saat pertandingan.					
4.	Saya suka tidur saat menghadapi pertandingan.					
5.	Kaki saya berat saat menghadapi pertandingan.					
6.	Saya gemetar saat menghadapi pertandingan.					
7.	Sya memikirkan tidak akan mampu berkonsentrasi saat pertandingan.					
8.	Saya sembrono saat pertandingan.					
9.	Saya mengalami ketegangan saat menghadapi pertandingan.					
10.	Saya berkeringat dingin saat menghadapi pertandingan.					
11.	Saya cepat putus asa saat pertandingan,apabila berada dalam keadaan tertekan.					
12.	Saya selalu ingin buang air kecil saat pertandingan.					
13.	Saya mengalami ketegangan otot (kram) saat pertandingan.					
14.	Saya memiliki keraguan saat pertandingan.					
15.	Pernafasan saya tidak teratur saat menghadapi pertandingan.					

NO.		STS	TS	R	S	SS
16.	Saya sering jalan mondar-mandir saat menghadapi pertandingan.					
17.	Saya sering menggaruk-garuk kepala saat menghadapi pertandingan.					
18.	Badan saya lesu saat menghadapi pertandingan.					
19.	Otot-otot saya sakit saat menghadapi pertandingan.					
20.	Saya sering minum air putih saat menghadapi pertandingan.					
21.	Saya menemukan diri saya berpikir tentang hal yang tidak berhubungan dengan pertandingan.					
22.	Raut muka dan dahi saya berkerut saat menghadapi pertandingan.					

Lanjutan lampiran 5.

Percaya diri

NO.		STS	TS	R	S	SS
1.	Saya yakin dapat mencapai apa yang dicita-citakan					
2.	Jika mengalami kesulitan, saya yakin mampu menyelesaikannya sendiri					
3.	Saya yakin dapat mengendalikan diri sendiri					
4.	Saya merasa usaha yang saya lakukan kurang optimal					
5.	Saya menghadapi masalah saya yakin bahwa saya mampu menyelesaikannya					
6.	Saya kurang yakin dengan kemampuan diri saya					
7.	Saya yakin tugas yang diberikan dapat saya selesaikan tepat waktu					
8.	Saya merasa siap menghadapi ujian apapun					
9.	Saya merasa tidak mampu berprestasi seperti teman-teman					
10.	Saya merasa kemampuan saya lebih rendah dibanding orang lain					
11.	Saya yakin kehidupan di masa mendatang akan lebih baik dari kehidupan saya sekarang					
12.	Saya merasa tidak mampu menjalani hidup ini					

NO.		STS	TS	R	S	SS
13.	Saya yakin prestasi saya dapat mengungguli teman-teman saya					
14.	Saya tidak merasa takut ketika bertemu siapapun					
15.	Bila mengalami kegagalan, saya tidak menyerah untuk berusaha					
16.	Saya merasa kurang pantas menduduki jabatan penting dalam suatu kepanitian					
17.	Saya merasa tidak ada yang kurang pada diri saya					
18.	Kegagalan yang saya alami karena usaha saya kurang optimal					
19.	Saya menerima pekerjaan sejauh kemampuan saya					
20.	Saya mencari jalan keluar yang menguntungkan saya saat menghadapi masalah					
21.	Saya percaya dengan kebenaran saya sendiri					
22.	Saya gagal karena tidak menyelesaikan dengan baik apa yang seharusnya saya lakukan					
23.	Saya merasa kegagalan yang saya alami karena kurangnya dukungan orang lain					
24.	Saya dapat menerima kritikan dari orang lain					

NO.		STS	TS	R	S	SS
25.	Dapat menyelesaikan persoalan, saya mencari jalan keluar yang terbaik bagi diri saya sendiri bukan orang lain					
26.	Saya takut bisa mencapai yang saya lakukan					
27.	Saya tidak berani menghadapi masalah sendiri					
28.	Saya siap menanggung resiko bila apa yang saya kerjakan tidak terselesaikan					
29.	Jika saya melakukan kesalahan pada seseorang, saya enggan bertemu orang lain					
30.	Saya merasa penampilan saya kurang menarik					
31.	Saya menyelesaikan tugas meskipun saya sakit					
32.	Saya mau menanggung akibat dari perbuatan yang saya lakukan					
33.	Bila dalam suatu kegiatan saya dianggap melakukan kesalahan saya siap keluar					
34.	Jika mengalami kegagalan, saya tidak menyalahkan orang lain.					
35.	Saya sulit menerima pendapat orang lain walaupun pendapat itu benar					

NO.		STS	TS	R	S	SS
36.	Kegagalan saya karena fasilitas yang kurang mendukung					
37.	Saya akan melakukan apa saja untuk mencapai apa yang saya inginkan walau tidak didukung orang lain					
38.	Saya berpikir dahulu sebelum bertindak					
39.	Saya kurang bisa mengakui kekurangan saya					
40.	Saya tidak akan membela orang yang memang melakukan kesalahan					
41.	Dalam menyelesaikan masalah, saya kurang mempertimbangkan baik buruknya					

Periksa Kembali Kelengkapan Jawaban Anda

Terimakasih 😊

Lampiran 6. Deskriptif statistic kecemasan

Statistics

	Keecemasan	Motorik	Afektif	Somatik	Kognitif
N Valid	24	24	24	24	24
Missing	0	0	0	0	0
Mean	46	18	4	14	7.9
Median	47	18	4	14	8
Mode	47	18	4	14	8
Std. Deviation	11	4.5	1,3	4.5	2.4
Minimum	22	9	2	7	3
Maximum	71	27	7	24	14
Sum	1113	438	95	347	189

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Kecemasan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 22	1	4.2	4.2	4.2
25	1	4.2	4.2	8.3
34	1	4.2	4.2	12.5
35	1	4.2	4.2	16.7
41	2	8.3	8.3	25.0
42	1	4.2	4.2	29.2
44	3	12.5	12.5	41.7
46	1	4.2	4.2	45.6
47	5	20.8	20.8	66.7
48	2	8.3	8.3	75.0
51	1	4.2	4.2	79.2
56	2	8.3	8.3	87.5
61	1	4.2	4.2	91.6
69	1	4.2	4.2	95.8
71	1	4.2	4.2	100.0
Total	24	100.0	100.0	

Lanjutan Lampiran 6.

Motorik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	9	1	4.2	4.2	4.2
	10	1	4.2	4.2	8.3
	11	1	4.2	4.2	12.5
	14	2	8.3	8.3	20.8
	16	2	8.3	8.3	29.2
	17	1	4.2	4.2	33.3
	18	5	20.8	20.8	54.2
	19	1	4.2	4.2	58.4
	20	2	8.3	8.3	66.7
	21	5	20.8	20.8	87.5
	25	2	8.3	8.3	95.8
	27	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Afektif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	4	16.7	16.7	16.7
	3	2	8.3	8.3	25.0
	4	13	54.2	54.2	79.2
	5	2	8.3	8.3	87.5
	6	2	8.3	8.3	95.8
	7	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Somatic

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7	2	8.3	8.3	8.3
	8	1	4.2	4.2	12.5
	10	1	4.2	4.2	16.7
	12	2	8.3	8.3	25.0
	14	9	37.5	37.5	62.5
	15	4	16.7	16.7	79.2
	16	1	4.2	4.2	83.3
	18	1	4.2	4.2	87.5
	23	1	4.2	4.2	91.7
	24	2	8.3	8.3	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Lanjutan Lampiran 6.

Kognitif					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	1	4.2	4.2	4.2
	4	1	4.2	4.2	8.3
	6	5	20.8	20.8	29.2
	7	2	8.3	8.3	37.5
	8	8	33.3	33.3	70.8
	9	3	12.5	12.5	83.3
	10	2	8.3	8.3	91.7
	13	1	4.2	4.2	95.8
	14	1	4.2	4.2	100.0
	Total		24	100.0	100.0

Lampiran 7. Deskriptif statistik Kepercayaan diri

Statistics

	Keyakinan diri	Keyakinan pada kemampuan diri	Optimisme	Objektif	Konsekuen	Rasional dan realistis
N Valid	24	24	24	24	24	24
Missing	0	0	0	0	0	0
Mean	146.4	34,79	30,29	24,38	29,21	27,75
Median	147	35	31	24	29,5	27,5
Mode	162	35	31	24	24	27
Std. Deviation	10,47	4,22	4,59	2,30	4,08	2,94
Minimum	165	24	219	20	22	22
Maximum	118	41	38	30	37	35
Sum	3514.00	835	727	564	701	666

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Keyakinan diri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 118	1	4.2	4.2	4.2
121	1	4.2	4.2	8.3
128	1	4.2	4.2	12.5
130	1	4.2	4.2	16.7
137	1	4.2	4.2	20.9
138	1	4.2	4.2	25.0
140	1	4.2	4.2	29.2
142	2	8.3	8.3	37.6
144	1	4.2	4.2	41.8
145	1	4.2	4.2	45.6
147	2	8.3	8.3	53.9
148	1	4.2	4.2	58.1
150	1	4.2	4.2	62.3
153	1	4.2	4.2	66.5
154	1	4.2	4.2	70.7
156	1	4.2	4.2	74.9
160	1	4.2	4.2	79.1
162	3	12.5	12.5	91.6
163	1	4.2	4.2	95.8
165	1	4.2	4.2	100.0
Total	24	100.0	100.0	

Lanjutan Lampiran 7

Keyakinan pada kemampuan diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	24	1	4.2	4.2	4.2
	28	1	4.2	4.2	8.3
	30	3	12.5	12.5	20.8
	32	1	4.2	4.2	25.0
	33	2	8.3	8.3	33.3
	34	1	4.2	4.2	37.5
	35	4	16.7	16.7	54.2
	36	1	4.2	4.2	58.4
	37	4	16.7	16.7	75.1
	38	2	8.3	8.3	83.4
	39	1	4.2	4.2	87.6
	40	1	4.2	4.2	91.6
	41	2	8.3	8.3	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Optimisme

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	19	1	4.2	4.2	4.2
	22	1	4.2	4.2	8.3
	24	1	4.2	4.2	12.5
	26	2	8.3	8.3	20.8
	27	1	4.2	4.2	25.0
	28	1	4.2	4.2	29.2
	29	2	8.3	8.3	37.5
	30	1	4.2	4.2	41.7
	31	4	16.7	16.7	58.4
	32	2	8.3	8.3	66.7
	33	1	4.2	4.2	70.9
	34	3	12.5	12.5	83.4
	35	2	8.3	8.3	91.6
	36	1	4.2	4.2	95.8
	38	1	4.2	4.2	100
	Total	24	100.0	100.0	

Lanjutan Lampiran 7.

Objektif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20	1	4.2	4.2	4.2
	21	2	8.3	8.3	12.5
	22	1	4.2	4.2	16.7
	23	4	16.7	16.7	33.3
	24	6	25.0	25.0	58.3
	25	3	12.5	12.5	70.9
	26	2	8.3	8.3	79.2
	27	4	16.7	16.7	95.8
	30	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Konsekuensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	22	1	4.2	4.2	4.2
	24	5	20.8	20.8	25.0
	26	1	4.2	4.2	29.2
	27	1	4.2	4.2	33.3
	28	1	4.2	4.2	37.5
	29	3	12.5	12.5	50.0
	30	1	4.2	4.2	54.2
	31	2	8.3	8.3	62.5
	32	5	20.8	20.8	83.4
	33	1	4.2	4.2	87.6
	34	1	4.2	4.2	91.6
	35	1	4.2	4.2	95.8
	37	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Lanjutan Lampiran 7.

Rasional dan realistik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	22	1	4.2	4.2	4.2
	24	2	8.3	8.3	12.5
	25	1	4.2	4.2	16.7
	26	3	12.5	12.5	29.2
	27	5	20.8	20.8	50.0
	28	5	20.8	20.8	70.8
	29	3	12.5	12.5	83.3
	31	2	8.3	8.3	91.6
	34	1	4.2	4.2	95.8
	35	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Lampiran 8. Hasil Penelitian

No	Responden	No Butir Pertanyaan																				Jumlah		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
1	Alfian	4	2	2	2	1	3	1	2	3	2	2	1	2	2	3	2	3	2	1	5	2	1	48
2	Rio Pandu	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
3	Kristoforus	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
4	Aldila Ilham P	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	47
5	Denny Ahmad	1	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	69
6	Rakamas	3	3	4	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	4	4	3	4	3	2	5	4	4	71
7	David Kurniawan	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	44
8	Johanes Barra	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	46
9	Widi Aryanto	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47
10	Deka Danu Q	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	4	2	2	34
11	Muhammad Fito P	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
12	Raihan Alfi	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	47
13	Rafii Irawanta	1	1	1	1	1	1	1	3	4	3	2	4	4	4	2	2	5	4	3	5	5	4	61
14	Hafidz Reza F	1	2	4	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	3	1	35
15	Agus Saputra	4	2	2	3	2	2	1	2	2	2	1	2	3	3	2	2	1	2	2	4	2	2	48
16	Deny Pangestu	4	2	2	4	2	2	1	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	1	5	1	1	47
17	Andrean Natanael	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	2	56
18	Tion Seko	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	1	5	2	2	42
19	Wahyu Anggoro	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	25
20	Wahyu Arya	3	3	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	2	5	3	2	41
21	R. Wintang	4	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	3	56
22	Riflan Afri	4	2	2	4	2	2	1	1	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	51
23	Andi Raffa	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	47
24	Dedi kurniawan	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	1	2	4	2	2	41

Lampiran 8. Hasil penelitian

No	Responden	No butir Pertanyaan																											Jumlah																		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41					
1	Alfan	5	5	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	3	1	4	4	3	4	2	4	5	4	3	3	3	2	5	3	4	4	5	4	2	4	2	4	5	4	165				
2	Rio Pandu	4	4	4	4	4	2	5	4	4	5	5	4	4	4	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	140			
3	Kristoforus	4	4	4	4	4	2	5	4	5	4	5	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	138			
4	Aldila Iham P	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	145			
5	Denny Iham P	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	1	3	2	2	4	2	4	2	2	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	121			
6	Rakamas	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	5	4	5	4	4	3	2	4	4	2	3	4	2	4	1	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	2	4	142		
7	David Kurniawan	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	4	4	4	2	4	2	4	4	2	4	130		
8	Johanes Barra	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	144			
9	Widi Anyanto	5	5	5	4	4	1	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4	2	5	4	2	1	5	4	2	2	5	3	4	5	2	5	2	3	3	3	3	2	2	5	3	5	2	156			
10	Deka Danu Q	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	4	118			
11	Muhammad Fito P	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	128		
12	Raihan Afri	5	5	3	5	5	2	3	4	1	5	4	3	1	1	2	4	4	2	2	4	2	4	5	1	5	4	5	2	5	4	2	4	3	5	5	5	5	4	4	5	4	5	1	147		
13	Rafii Irawanta	5	5	3	5	5	2	3	4	4	5	4	3	5	3	2	4	4	2	4	3	2	4	4	5	1	5	4	5	4	2	4	3	5	5	5	5	4	4	5	4	4	2	4	2	162	
14	Halida Reza F	5	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	2	4	3	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	154		
15	Agus Saputra	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	3	3	5	2	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	5	4	4	2	162			
16	Deny Pangestu	5	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	3	1	2	2	4	150		
17	Andrian Natanael	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	160	
18	Tion Seko	5	5	2	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	160	
19	Wahyu Anggoro	5	5	2	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	4	2	4	4	1	2	3	3	4	2	4	4	5	4	5	4	5	5	5	4	4	1	5	4	1	5	2	162			
20	Wahyu Arya	5	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	5	3	1	3	4	2	3	3	4	2	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	5	3	4	3	142			
21	R. Wintang	4	4	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	2	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	137		
22	Riflan Afri	5	5	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	5	4	5	2	4	4	2	1	4	5	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	2	5	2	4	163	
23	Andi Rafia	5	2	4	4	3	5	3	4	4	5	5	4	3	5	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	2	147
24	Dedi kurniawan	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	4	5	4	4	4	2	3	2	4	2	4	2	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	5	2	153

Lampiran 9. Dokumentasi



Lanjutan Lampiran Dokumentasi

